МИНСКІЯ ЕПАРХІАЛЬНЫЯ ВѢДОМОСТИ.

Подписная цѣна безъ пересылки и доставки 4 руб.; на пересылку прилагается 1 руб., (въ томъ числѣ почтѣ 60 коп., за бандероль и упаковку 40 к.), итого съ пересылкою и доставкою ПЯТЬ руб

№ 15.

15 Апрѣля 1871 года.

Выходятъ еженедѣльно. Подписка принимается въ Редакціи Минскихъ Епархіальныхъ Вѣдомостей въ Минскѣ, на Раковской улицѣ, въ квартирѣ священника Миткевича.

СОДЕРЖАНІЕ:

Часть оффиціальная.

МѢСТНЫЯ РАСПОРЯЖЕНІЯ.

О представленіи въ Духовную Консисторію денегъ за печатные метрическіе, исповѣдные и обыскные листы при требованіи изъ Консисторіи тѣхъ листовъ.

По указу ЕГО ИМПЕРАТОРСКАГО ВЕЛИЧЕСТВА, Минская Духовная Консисторія слушали указъ къ Его Преосвященству Святѣйшаго Синода, отъ 7 истекшаго марта за № 9, въ Консисторію къ должному исполненію переданный, съ прописанiемъ предложенія господина Оберъ-Прокурора, отъ 31 Іюля 1870 года за № 8793, въ коемъ изъяснено: изъ числа духовныхъ консисторій, выписывающихъ изъ Конторы Московской Синодальной типографіи метрическіе листы для церквей, только тринадцать при требованіяхъ своихъ присылаютъ въ Контору деньги за листы, а всѣ остальныя выписываютъ оные въ долгъ, выплачивая таковой по мѣрѣ доставки отъ церквей, въ теченіи нѣсколькихъ лѣтъ. Вслѣдствіе сего, недоимка за означенные листы по московской типографіи, числящаяся особенно на консисторіяхъ, равняется болѣе чѣмъ третьей части всего долга типографскаго, а именно къ 17 октября 1870 г. 49,971 руб. 62 коп. Въ виду сего обстоятельства, а также возможности для консисторій, подтвержденной примѣромъ 13 изъ нихъ, выписывать метрическіе листы за наличныя деньги, Контора московской синодальной типографіи, для сокращенія размѣра ежегодной недоимки на консисторіяхъ за листы, самой переписки по взысканію этой недоимки, а еще болѣе для того, что съ прекращеніемъ таковой недоимки, типографскій капиталъ ежегодно можетъ имѣть для своихъ оборотовъ лишнихъ 44,000 руб., проситъ хозяйственное Управленіе войти въ сношеніе съ епархіальными преосвященными, чтобы они сдѣлали распоряженіе о выпискѣ консисторіями листовъ за наличныя деньги. По уважительности обстоятельствъ, приведенныхъ конторою московской синодальной типографіи въ основаніе вышеизложеннаго ходатайства ея, и въ томъ соображеніи, что въ церквахъ во всякое время можетъ быть на лицо потребное количество денегъ на выписку листовъ для приходскихъ книгъ, доставка же этихъ денегъ въ консисторіи при заявленіяхъ о требующихся для каждой церкви листахъ не будетъ обременительною для церквей, а пересылка оныхъ изъ консисторій въ Контору синодальной типографіи, при требованіяхъ сказанныхъ листовъ для всѣхъ церквей въ епархіи не только не затруднительна для самихъ консисторій, но при установленіи правильнаго порядка по сему предмету, можетъ еще способствовать сокращенію въ нихъ переписки, Хозяйственное Управленіе полагало предоставить епархіальнымъ Преосвященнымъ сдѣлать распоряженіе, чтобы подвѣдомые имъ консисторіи съ 1871 года при требованіяхъ изъ Конторы московской синодальной типографіи, печатныхъ метрическихъ исповѣдныхъ и обыскныхъ листовъ для церквей, высылали въ Контору и деньги, слѣдующія за тѣ листы, и чтобы за вытребованные уже въ долгъ листы на 1871 годъ озаботились уплатить причитающуюся сумму въ настоящемъ году. Вслѣдствіе сего Святѣйшій Синодъ поручаетъ епархіальнымъ Преосвященнымъ сдѣлать надлежащія распоряженія о томъ, чтобы по ввѣреннымъ имъ епархіямъ означенныя недоимки были уплачены въ настоящемъ году и чтобы на будущее время консисторіи при требованіяхъ изъ Конторы листовъ для церкви высылали въ Контору и деньги слѣдующія за тѣ листы. По приложенной при настоящемъ указѣ вѣдомости показано, что на минской Консисторіи недоимки за метрическіе и другіе бланковые листы числится 369 руб. 77½ коп. ПРИКАЗАЛИ: Во исполненіе настоящаго указа учинить слѣдующее: печатными указами всѣмъ благочиннымъ минской епархіи предписать, 1) чтобы деньги причитающіяся отъ подвѣдомыхъ имъ церквей за высланные и имѣющіе быть высланными въ семъ 1871 году печатные метрическіе и исповѣдные листы, а также за обыскныя книги, непремѣнно были представлены въ духовную консисторію не позже будущаго августа мѣсяца, и 2) чтобы вѣдомости о количествѣ печатныхъ метрическихъ, исповѣдныхъ и обыскныхъ листовъ, потребныхъ для подвѣдомственныхъ церквей на 1872 годъ, представлены были въ духовную Консисторію въ томъ же августѣ мѣсяцѣ, и вмѣстѣ съ таковыми вѣдомостями причитающіяся за показанное въ нихъ количество листовъ, деньги, (два полулиста составляютъ листъ, за который уплачивается 3 копѣйки сер.) строго соблюдая этотъ порядокъ и въ послѣдующіе годы; при чемъ какъ благочинныхъ такъ и подвѣдомые имъ причты предварить, что за несоблюденіе сего порядка, виновные будутъ подвергаемы взысканію.

ИНОЕПАРХІАЛЬНЫЯ РАСПОРЯЖЕНІЯ.

О разрѣшеніи вѣнчать недостигшаго 18 лѣтъ.

На одномъ прошеніи, о разрѣшеніи повѣнчать недостигшаго 18 лѣтъ, Высокопреосвященный Платонъ, архіепископъ донскій, положилъ слѣдующую резолюцію: «дозволить повѣнчать просителева сына, если дѣйствительно есть большая нужда женить его до совершеннолѣтія. Вмѣстѣ съ симъ предлагаю донской Консисторіи подтвердить всѣмъ священникамъ донской епархіи, чтобы они въ подобныхъ настоящему прошеніяхъ, или въ прилагаемыхъ къ нимъ метрическихъ выпискахъ, свидѣтельствовали о томъ: дѣйствительно ли необходимо повѣнчать тѣхъ молодыхъ прихожанъ ихъ, которые желаютъ вступить въ бракъ до совершеннолѣтія ихъ? Живя среди прихожанъ своихъ и хорошо зная всѣ ихъ обстоятельства, священники лучше меня могутъ видѣть, есть ли дѣйствительная нужда повѣнчать того, или другаго несовершеннолѣтняго ихъ прихожанина; а мнѣ трудно судить о семъ безошибочно, потому что въ подаваемыхъ мнѣ прошеніяхъ о дозволеніи бракосочетать несовершеннолѣтнихъ часто излагаются обстоятельства ихъ не ясно и едва ли вѣрно». Вслѣдствіе таковой его высокопреосвященства резолюціи о непремѣнномъ исполненіи оной со стороны священниковъ донской епархіи, донская консисторія симъ подтверждаетъ.

Часть неоффиціальная.

ЛЕКЦІИ ОБЩЕСТВЕННОЙ ГИГІЕНЫ И ДІЭТЕТИКИ, ЧИТАННЫЯ ВЪ МИНСКОЙ СЕМИНАРІИ ШТАТНЫМЪ ВРАЧЕМЪ ОНОЙ, ДОКТОРОМЪ АРХАНГЕЛЬСКИМЪ.

Лекція третья.

Кровъ есть источникъ питанія.

Въ небольшомъ лишь количествѣ случаевъ, ткани нашего тѣла непосредственно соприкасаются съ внѣшнимъ міромъ и заимствуютъ изъ него возобновляющія начала; большею-же частію соприкосновеніе тканей тѣла съ внѣшнимъ міромъ совершается чрезъ посредство крови, проникающей во всѣ органы нашего тѣла. Въ нее проникаютъ извнѣ кислородъ и пища, и уже изъ нея каждый изъ тысячи разнообразно-устроенныхъ органовъ тѣла беретъ то, что ему нужно: вслѣдствіе этого происходитъ общее равновѣсіе въ организмѣ, такъ какъ каждая часть предъявляетъ свои требованія въ опредѣленной мѣрѣ и каждая имѣетъ въ виду дополнить дѣйствія прочихъ. Органы рѣдко, въ свою очередь, выдѣляютъ продукты своей дѣятельности прямо наружу; большею-же частію, они поступаютъ сначала въ кровь, и уже черезъ посредство ея выдѣляются наружу. Такимъ образомъ *кровь есть центръ обмѣна матеріи* въ организмѣ, потому что она находится, съ одной стороны, въ прямомъ отношеніи съ пищею и воздухомъ, съ другой—съ различными частями въ ихъ разнообразныхъ процессахъ питанія, отдѣленія и испражненія. Слѣдовательно, кровь должна не только содержать всѣ вещества, необходимыя для различныхъ частей, которыя она заимствуетъ изъ пищи и воздуха, но также и принимать въ себя обратно другія испорченныя и потребленныя вещества и находиться, потому, въ постоянномъ движеніи по опредѣленному круговому направленію.

Кровь есть жидкость сложнаго состава. Она состоитъ изъ двухъ основныхъ элементовъ: изъ безцвѣтной жидкости, называемой *пласмою*, и изъ маленькихъ телецъ, изъ которыхъ нѣкоторыя имѣютъ бѣлый цвѣтъ, а другія красный,—послѣднія по ихъ формѣ называются шариками или клѣточками. Отъ шариковъ зависитъ цвѣтъ крови—въ артеріяхъ ярко-красный, а въ венахъ вишневый. Оболочка кровяннаго шарика упруга, растягивается и принимаетъ шаровидную форму. По своей эластичности, шарики могутъ совершать самые затруднительные проходы. Проходя сквозь тонкіе волосные сосуды, во время кровеобращенія, они растягиваются въ цилиндрическую форму или сжимаются, но опять принимаютъ свою первоначальную форму, какъ скоро освобождаются отъ давленія. Средняя величена діаметра кровянаго шарика полагается въ $1/3200$ дюйма при минимумѣ около $1/2300$ и при максимумѣ около $1/12406$ дюйма. Цвѣтъ шариковъ зависитъ отъ присутствія въ нихъ красящаго вещества—*гематина*.—Стѣнка бѣлыхъ шариковъ не эластична,—она липка, и потому тѣла эти стремятся склеиться одно съ другимъ. Что касается отношенія красныхъ шариковъ къ бѣлымъ, то полагаютъ, что на каждые 50 красныхъ приходится по одному бѣлому; а въ болѣзни, называемой *бѣлокровіемъ*, на три красныхъ шарика приходится по одному бѣлому. Общее число тѣхъ и другихъ у равныхъ половъ неодинаково: у мужчины 1 кубич. миллиметръ венозной крови содержитъ среднимъ числомъ 5,000,000, а у женщины—4,500,000 кровянныхъ шариковъ. Равнымъ образомъ вѣсъ крови у обоихъ половъ представляетъ различіе; у мужчины кровь тяжелѣе, нежели у женщины. Кровяные шарики имѣютъ значеніе проводниковъ кислорода и образователей теплоты въ тѣлѣ. Они принимаютъ кислородъ, когда движутся чрезъ дыхательные органы, и, запасшись имъ, несутъ его во всѣ части тѣла, не соединяясь съ нимъ, не разрушаясь и не загораясь отъ него, а слѣдовательно содержатъ его въ свободномъ состояніи; они легко отдаютъ его организму и опять отправляются за своимъ запасомъ, быть можетъ, нѣсколько тысячъ разъ сряду. Но это, наконецъ, прекращается, безпрерывное движеніе останавливается, и обезсилѣвшій, истощенный, неспособный болѣе удовлетворять своему назначенію шарикъ приходитъ къ своему концу, прекращаетъ, наконецъ, свое существованіе: при каждомъ ударѣ пульса умираетъ ихъ до 20 милліоновъ. Такимъ образомъ, существованіе шариковъ не сообразуется съ жизнію организма—они постоянно возникаютъ и исчезаютъ. И, слѣдовательно, каждый шарикъ составляетъ особый индивидуумъ, имѣющій свою исторію, свое время рожденія, время зрѣлости и срокъ смерти. Кровяные шарики содержатъ въ себѣ не одинъ кислородъ, но углекислоту и азотъ; угольной кислоты кровь поглощаетъ въ полтора раза больше своего объема, но артеріальная кровь—больше чѣмъ венная.

Пласма представляетъ прозрачную, желтоватую жидкость, состоящую, какъ всѣ животные соки, по преимуществу *изъ воды*, содержащей въ себѣ *бѣлковину, фибринъ жиръ* и различныя минеральныя вещества. Процентное содержаніе количества воды, относительно всей крови, составляетъ отъ 700 до 790 частей на 1000. Въ крови женщинъ больше воды, чѣмъ въ крови мужчинъ. Бѣлковина измѣняется отъ 60 до 70 процентовъ на 1000. Она содержится въ большемъ количествѣ въ венной крови, нежели въ артеріальной, и увеличивается въ пропорціи во время пищеваренія. Фибринъ образуется изъ бѣлковины, составляя 2 или 3 части на 1000 частей крови: артеріальная кровь богаче фибриномъ, чѣмъ вѣнная. Процентъ его увеличивается, когда процессъ вдыханія ускоряется—вотъ почему онъ увеличивается при острыхъ воспаленіяхъ. Жиры содержатся въ крови отъ 1,4 до 3,3 на 1000 частей. Послѣ принятія пищи пласма становится молочною влагою отъ присутствія въ ней жирныхъ шариковъ внесенныхъ млечнымъ сокомъ. Вотъ по-

МИНСКІЯ ЕПАРХІАЛЬНЫЯ ВѢДОМОСТИ.

Подписная цѣна безъ пересылки и доставки 4 руб.; на пересылку прилагается 1 руб., (въ томъ числѣ почтѣ 60 коп., за бандероль и упаковку 40 к.), итого съ пересылкою и доставкою ПЯТЬ руб.

№ 16.

22 Апрѣля 1871 года.

Выходятъ еженедѣльно. Подписка принимается въ Редакціи Минскихъ Епархіальныхъ Вѣдомостей въ Минскѣ, на Раковской улицѣ, въ квартирѣ священника Митксвича.

СОДЕРЖАНІЕ:

Часть оффиціальная.

ДѢЙСТВІЯ ПРАВИТЕЛЬСТВА.

ВЫСОЧАЙШАЯ грамота.

Двора нашего гофмейстеру, министру народнаго просвѣщенія, оберъ-прокурору Святѣйшаго Сѵнода, графу Дмитрію Толстому.

Въ изъявленіе постояннаго Нашего вниманія къ отмѣнно-ревностной, обширной и вполнѣ соотвѣтствующей нашимъ указаніямъ дѣятельности вашей по управленію министерствомъ народнаго просвѣщенія и по дѣламъ Святѣйшаго Сѵнода, равно какъ и въ знакъ особеннаго Нашего къ вамъ благоволенія, Всемилостивѣйше пожаловали Мы васъ кавалеромъ Императорскаго ордена Нашего *святаго благовѣрнаго князя Александра Невскаго*, коего знаки при семъ препровождая, повелѣваемъ вамъ возложить на себя и носить по установленію.

Пребываемъ къ вамъ Императорскою милостію Нашею благосклонны.

На подлинной Собственною Его Императорскаго Величества рукою написано:

„АЛЕКСАНДРЪ“.

**Въ С.-Петербургѣ
28 марта 1871 года.**

По предмету допущенія женщинъ на службу въ Общественныя и Правительственныя учрежденія.

Г. Управляющій 3-мъ Отдѣленіемъ Собственной ЕГО ИМПЕРАТОРСКАГО ВЕЛИЧЕСТВА Канцеляріи сообщилъ Г. С.-Петербургскому Оберъ-Полицiймейстеру, что, по обсужденіи въ Совѣтѣ Гг. Министровъ, въ Высочайшемъ ЕГО ИМПЕРАТОРСКАГО ВЕЛИЧЕСТВА Присутствіи, вопроса по предмету допущенія женщинъ на службу въ Общественныя и Правительственныя учрежденія, ГОСУДАРЬ ИМПЕРАТОРЪ, признавъ необходимымъ положительно опредѣлить кругъ полезной для государства и общества служебной дѣятельности лицъ женскаго пола, 14 Января сего 1871 г. Высочайше повелѣть соизволилъ: 1) всѣми мѣрами содѣйствовать распространенію и преуспѣянію правильно устроенныхъ, отдѣльныхъ для женщинъ курсовъ акушерскихъ наукъ и къ привлеченію на оные какъ можно болѣе слушательницъ, для того, чтобы дать возможность наибольшему числу женщинъ пріискать себѣ акушерскія занятія во всѣхъ частяхъ государства, столь скудно еще надѣленныхъ представительницами этой необходимой отрасли; 2) въ виду пользы, приносимой госпитальною дѣятельностію сестеръ милосердія, разрѣшать женщинамъ занятія фельдшерскія и по оспопрививанію, а также аптекарскія въ женскихъ лечебныхъ заведеніяхъ; 3) поощрять женщинъ на поприщѣ воспитательномъ, гдѣ онѣ уже нынѣ занимаютъ должности учительницъ въ начальныхъ школахъ и низшихъ классахъ женскихъ гимназій, а буде признается возможнымъ, то предоставить учебному вѣдомству расширить еще кругъ ихъ дѣятельности на этомъ поприщѣ; 4) допускать женщинъ: а) по телеграфному вѣдомству къ занятію мѣстъ сигналистовъ и телеграфистовъ лишь въ опредѣленной Министерствомъ Внутреннихъ Дѣлъ пропорціи общаго числа этихъ должностей, и б) по счетной части въ женскихъ заведеніяхъ вѣдомства IV Отдѣленія Собственной ЕГО ИМПЕРАТОРСКАГО ВЕЛИЧЕСТВА Канцеляріи, по непосредственному усмотрѣнію Его Высочества Главноуправляющаго симъ Отдѣленіемъ; 5) затѣмъ воспретить пріемъ женщинъ, даже и по найму на канцелярскія и другія должности во всѣхъ Правительственныхъ и Общественныхъ учрежденіяхъ, гдѣ мѣста предоставляются по назначенію отъ начальства и по выборамъ, и 6) о семъ объявить всѣмъ Министрамъ и Главноуправляющимъ отдѣльными частями къ должному исполненію; производящіяся же по сему предмету дѣла въ высшихъ Государственныхъ учрежденіяхъ и Министерствѣ Внутреннихъ Дѣлъ считать конченными.

Отъ 13-го марта 1871 г., за № 12. Объ оставленіи въ собственность духовныхъ лицъ Всемилостивѣйше жалуемыхъ имъ наперстныхъ крестовъ.

По указу Его Императорскаго Величества, Святѣйшій Правительствующій Сѵнодъ слушали предложеніе г. Сѵнодальнаго Оберъ-Прокурора, отъ 12 февраля сего года за № 1808, съ изъясненіемъ заключенія Хозяйственнаго Управленія при Святѣйшемъ Сѵнодѣ о предоставленіи Всемилостивѣйше жалуемыхъ духовнымъ лицамъ наперсныхъ крестовъ, заготовляемыхъ въ Святѣйшемъ Сѵнодѣ, въ собственность удостоенныхъ таковаго пожалованія. **Приказали:** Принимая во вниманіе, что для духовныхъ лицъ, награждаемыхъ наперсными крестами, равно какъ и для семействъ ихъ не можетъ не быть желательнымъ, чтобы эти знаки Высочайшей милости оставались на память въ ихъ семействахъ и имѣя въ виду, что въ настоящее время наперсные кресты, жалуемые изъ Кабинета Его Величества, не возвращаются въ Кабинетъ, — Святѣйшій Сѵнодъ опредѣляетъ: объявить по духовному вѣдомству циркулярнымъ указомъ, что и Всемилостивѣйше жалуемые

духовнымъ лицамъ наперсные кресты, заготовляемые въ Святѣйшемъ Сѵнодѣ, отнынѣ должны оставаться въ собственность тѣхъ лицъ, коимъ пожалованы.

МѢСТНЫЯ РАСПОРЯЖЕНІЯ.

Служебныя перемѣны.

Новогрудскаго собора священникъ Іосифъ **Наревичъ**, въ слѣдствіе выбора духовенства, утвержденъ депутатомъ новогрудскаго благочинія, съ 7-го апрѣля.— Находящійся въ пинскомъ монастырѣ на эпитиміи священникъ Стефанъ **Киркевичъ** назначенъ на священническое мѣсто къ Бухличской церкви, пинскаго у., съ 10 апрѣля.—Минскаго уѣзда, Новосвержской церкви священникъ Іосифъ **Завитневичъ** опредѣленъ законоучителемъ въ мѣстное народное училище.— Просфирня Лоевской Троицкой церкви Анастасія **Васанская** перемѣщена къ Чирковичской церкви, съ 1 мая.—И. д. псал. Мало-Жуховичской церкви, новогрудскаго уѣзда, Константинъ Ониськевичъ переведенъ къ Бухличской церкви, пинскаго уѣзда, съ 20 апрѣля.—Микуличской церкви, рѣчицкаго уѣзда, пономарь Семенъ **Дубинскій**, по прошенію, перемѣщенъ на туже вакансію къ Заспинской церкви, съ 1 апрѣля.—Утверждены въ должности церковныхъ старостъ: крестьянинъ Василій **Коленикъ** къ Неньковичской церкви, пинскаго уѣзда; крестьянинъ Даніилъ **Голомзикъ** къ Бѣгомльской церкви, борис. у.; крестьянинъ Иванъ **Ляхъ** къ Блячинской церкви, слуцк., у.; крестьянинъ Іосифъ **Косачъ** къ Мокранской церкви; крестьянинъ Андрей **Скородюкъ** къ Лѣшнинской ц.; крестьянинъ Иванъ **Станько** къ Мильчанской церкви, и крестьянинъ Александръ **Ворковскій** къ Мхеринской ц., борисовскаго уѣзда.

— На мѣсто эконома при пинскомъ училищѣ, вслѣдствіе представленія Правленія, съ 19-го марта опредѣленъ Его Преосвященствомъ учитель сего училища Павелъ **Тарановичъ**, съ оставленіемъ въ должности учителя.

МѢСТНЫЯ ИЗВѢСТІЯ.

Посвященіе въ стихарь.

Бараньской церкви, борисовскаго у., испр. должн. псал. Петръ **Нѣмшевичъ** за долговременную и полезную службу 7 февраля посвященъ Его Преосвященствомъ въ стихарь.

24-го марта скончался заштатный священникъ Стефанъ **Роздяловскій**.

Часть неоффиціальная.

ЛЕКЦІИ ОБЩЕСТВЕННОЙ ГИГІЕНЫ И ДІЭТЕТИКИ, ЧИТАННЫЯ ВЪ МИНСКОЙ СЕМИНАРІИ ШТАТНЫМЪ ВРАЧЕМЪ ОНОЙ, ДОКТОРОМЪ АРХАНГЕЛЬСКИМЪ.

Лекція четвертая.

Условія жизни. Обмѣнъ матеріи, какъ условіе всякой жизнедѣятельности. Внѣшнія вліянія, какъ физическіе дѣятели, и условія обмѣна матеріи. Матеріальные дѣятели: пища, воздухъ и вода. Пища.

Условія жизни. Въ предъидущихъ чтеніяхъ мы показали, что въ животномъ организмѣ, какъ въ цѣломъ, такъ равно во всѣхъ малѣйшихъ частицахъ его, совершается непрерывный обмѣнъ матеріи: частицы ея постоянно умираютъ и вымершія, какъ безполезныя и даже вредныя для животной экономіи, своевременно выдѣляются и замѣняются свѣжимъ матеріаломъ, образующимся изъ крови, какъ изъ окружающей ихъ питательной жидкости, такъ что каждый организмъ, чрезъ нѣсколько времени, хотя съ виду и представляетъ прежнее цѣлое, въ сущности состоитъ уже изъ другихъ новыхъ частей, совершенно похожихъ на прежнія, отжившія и выбывшія изъ тѣла. Все благосостояніе организма зависитъ отъ свойства обмѣна матеріи. Такъ, если онъ совершается правильно, то свойства и дѣятельность органическихъ веществъ также правильны, и мы наслаждаемся здоровьемъ; если-же онъ совершается неправильно, то свойство и дѣятельность органическихъ частицъ дѣлаются ненормальными, и у насъ развиваются болѣзни, которыя, смотря потому, нарушается ли обмѣнъ матеріи во всемъ организмѣ, или только въ нѣкоторыхъ частяхъ его, бываютъ общія или мѣстныя. Пока обмѣнъ матеріи совершается въ организмѣ—онъ живетъ; съ прекращеніемъ-же этого процесса—жизнь организма прекращается, и онъ обращается въ трупъ. Слѣдовательно, отъ обмѣна матеріи зависитъ всякая жизнедѣятельность или жизнь, и потому главный законъ для сохраненія жизни, и здоровья — поддерживать въ организмѣ правильный обмѣнъ матеріи. Въ настоящее время всѣ принимаютъ за аксіому, что ни одинъ животный организмъ, равно какъ и растительный, на какой бы высокой или низкой степени развитія онъ ни находился, самъ собою не можетъ создать новаго вещества. Онъ только видоизмѣняетъ вещества, уже имъ въ себя принятыя. Вслѣдствіе того, обмѣнъ матеріи, будучи результатомъ совокупнаго дѣйствія всѣхъ растительныхъ актовъ, по сущности своей, заключается въ непрерывномъ, всю жизнь продолжающемся химическомъ метаморфозѣ внѣшняго питательнаго вещества, поступающаго въ тѣло—метаморфозѣ, однимъ изъ звеньевъ котораго является самое тѣло. Отсюда явствуетъ, что всякій животный организмъ поддерживаетъ свое бытіе только посредствомъ внутренняго обмѣна своихъ веществъ съ веществами внѣшняго окружающаго міра, т. е., взимая постоянно изъ него новые матеріалы для своей потребности, усвоиваетъ ихъ себѣ,—матеріалы-же, сдѣлавшіеся для него ненужными и безполезными, опять возвращаетъ внѣшнему міру; а такимъ образомъ всякое одушевленное существо поддерживается не одними только внутренними условіями (*), но эти условія представляются ему и извнѣ. Ж. Гаваррэ говоритъ: «въ настоящее время, всякій понимаетъ, что физическіе дѣятели необходимо являются или какъ причина, или какъ слѣдствіе, при всѣхъ отправленіяхъ каждаго живаго существа, и что внѣшнія физическія условія оказываютъ сильное вліяніе на его развитіе и образъ его существованія.... Самая жизнь проявляется только въ дѣятельности организма, и эта дѣятельность, большею частію, происходитъ по законамъ физики и химіи». Такимъ образомъ внѣшняя среда своимъ непосредственнымъ вліяніемъ поддерживаетъ существованіе живаго организма на столько, что жизнь его безъ ней также невозможна. Поэтому, чтобы предупреждать болѣзнь (извѣстно, что болѣзни легче предупреждать, чѣмъ лечить) и содѣйствовать укрѣпленію здоровья и долговѣчности, мы должны ознакомиться не только съ внутренними условіями жизни, т. е., съ процессами, совершающимися въ самомъ организмѣ, но и съ тѣми вліяніями, какими дѣйствуетъ на нашъ организмъ окружающій міръ, т. е., мы должны знать и всѣ внѣшнія условія, способствующія обмѣну матеріи, каковы: пища, воздухъ, вода, свѣтъ, теплота и электричество.

Недостаточное вліяніе какого либо изъ этихъ внѣшнихъ условій не выгодно от-

(*) См. отправленіе органовъ, какъ проявленіе жизни и необходимость возобновленія тканей животнаго организма.

ражается на благосостояніи животнаго организма, выражаясь потерею вѣса тѣла и ослабленіемъ его дѣятельностей, а при прогрессивномъ уменьшеніи прихода внѣшняго вещества въ тѣло, прогрессивно расходуются и уменьшаются въ немъ силы—оно прогрессивно разрушается и, наконецъ, умираетъ, гніетъ и истлѣваетъ. Точно такое же важное вліяніе внѣшнія условія оказываютъ и на остальную органическую жизнь, во всѣхъ отношеніяхъ. Достаточно малѣйшаго повышенія или пониженія температуры, избытка или недостатка влажности, недостатка въ воздухѣ или солнечномъ свѣтѣ,—говоритъ Джонъ Гершель,—чтобы все это замѣтно повліяло на организмы или даже совсѣмъ погубило ихъ.

Такъ какъ дѣятельность, присущая веществу, доказывается не только движеніемъ, которое выражается взаимнымъ притяженіемъ и отталкиваніемъ отдаленныхъ или смежныхъ между собою массъ, но также и тѣми перемѣнами и превращеніями, которыя происходятъ въ доступныхъ для насъ качествахъ различныхъ веществъ при ихъ взаимо-дѣйствіи и смѣшеніи между собою; то всѣ условія, могущія имѣть вліяніе на эти перемѣны,—обусловливать, видоизмѣнять или останавливать ихъ,—имѣютъ свойства дѣятелей. Вслѣдствіе того пища, воздухъ вода, свѣтъ, теплота и электричество называются физическими дѣятелями, ибо они обусловливаютъ совершающіяся въ организмѣ всѣ вышепомянутыя движенія, перемѣны и превращенія.

Но одни изъ нихъ, какъ пища, воздухъ и вода,—такъ какъ дѣйствуютъ на организмъ матеріально, вещественно—своими частицами,—именуются матеріальными дѣятелями; другіе же, какъ свѣтъ, теплота и электричество,—такъ какъ дѣйствуютъ на организмъ не матеріально, не вещественно—своею силою,—называются динамическими дѣятелями. Послѣдніе, потому что о существованіи и дѣйствіи ихъ мы знаемъ изъ окружающихъ насъ явленій, извѣстны также подъ названіемъ внѣшнихъ физическихъ силъ и жизненныхъ стимуловъ, потому что отъ ихъ дѣйствія зависятъ жизненныя явленія.

Матеріальные дѣятели. Мы видѣли, что измѣненіе тканей организма есть необходимое условіе его жизненной дѣятельности и что,—дабы поддерживалась жизнь,—за истощеніемъ или разрушеніемъ органа, послѣ всякаго отправленія его, безусловно необходимо наступленіе возстановленія и возобновленія его матеріи. Источникъ же этого вознагражденія потерь есть пища со включеніемъ воды и воздуха—пища, которая въ тѣлѣ имѣетъ собственно двоякую цѣль—пополнять убыли организма образованіемъ и возстановленіемъ тканей и развивать въ немъ живыя силы произведеніемъ теплоты: дышать, пить и ѣсть—вотъ необходимыя условія жизни, говоритъ Дрэперъ. Исключенія изъ этого общаго правила во всемъ царствѣ животномъ должны быть скорѣе кажущіяся, чѣмъ дѣйствительныя. Если даже нѣкоторыя насѣкомыя обходятся, по видимому, безъ воды, а иныя породы рыбъ вовсе не принимаютъ твердой пищи, то эти аномаліи исчезаютъ, если мы взглянемъ на нихъ съ настоящей точки зрѣнія. Въ организмахъ, достигшихъ высшей степени развитія, какъ, напримѣръ, въ человѣческомъ, одни и тѣже неминуемыя послѣдствія сопровождаютъ задержаніе дыханія на нѣсколько минутъ, воздержаніе отъ воды на нѣсколько часовъ, или—отъ пищи на нѣсколько дней.

Пища, которая покрываетъ потери и возстановляетъ вещества. Пищу, по выводамъ Праута, составляютъ четыре класса питательныхъ веществъ: а) азотистыя вещества, каковы: животный и растительный *бѣлокъ*, который находится въ крови, въ сокѣ мяса и всѣхъ внутренностей, въ яичномъ бѣлкѣ, въ сокѣ растеній и въ хлѣбныхъ зернахъ; *волокнистое вещество*, называемое въ животномъ царствѣ фибриномъ, а въ растительномъ клеберомъ, которое находится въ крови и мясѣ (сантонинъ) и въ сѣменахъ хлѣбныхъ растеній подъ самой шелухой (пшеница, рожь, ячмень, овесъ, просо, рисъ и гречиха); *сырное вещество*, называемое въ животномъ царствѣ казеиномъ, а въ растительномъ легуминомъ, которое находится въ молокѣ (сыръ) и крови (глобулинъ) и въ стручковыхъ плодахъ (горохъ, чечевица, бобъ); *клей*, называемый въ животномъ царствѣ студенью, а въ растительномъ клейковиной, который находится въ хрящахъ, костяхъ, сухожильяхъ и перепонкахъ и въ соединеніи съ клеберомъ въ хлѣбныхъ зернахъ. Химическія составныя части азотистыхъ веществъ суть: углеродъ, водородъ, кислородъ, азотъ, сѣра, фосфоръ, желѣзо, поташъ, сода, известь и пр. б) Жирныя вещества, каковы: въ животномъ царствѣ сало, всѣ масла, яичный желтокъ, рыбій жиръ и костный мозгъ, а въ растительномъ—прованское, маковое, миндальное, конопляное и прочія жирныя растительныя масла; в) углеводы, каковы: молочный сахаръ, медъ и молочная кислота въ животномъ царствѣ, а въ царствѣ растительномъ — крахмалъ картофеля, хлѣбныхъ сѣменъ, стручковыхъ плодовъ, исландскаго моха, саго, арорута, тапіока и пр.; сахаръ тростниковый—въ сахарномъ тростникѣ, кленѣ, свекловицѣ и моркови, и виноградный—во многихъ плодахъ, въ особенности въ виноградѣ и яблокахъ; пектинъ или растительная студень въ сокѣ мясистыхъ плодовъ; бассоринъ или слизь въ салепномъ и проскурнячномъ корнѣ, льняномъ сѣмени, исландскомъ мохѣ и вишневомъ клеѣ; камедь въ гумми-арабикѣ, молочная кислота въ кислой капустѣ и въ кислыхъ огурцахъ и алкоголь или спиртъ, образующійся послѣ броженія изъ винограднаго сахара. Химическія составныя части угле-водородовъ и углеводовъ суть: углеродъ и водородъ. Такъ какъ тѣ и другія вещества, при своемъ окисленіи въ организмѣ, развиваютъ теплоту, то они составляютъ тепло-образовательную пищу. г) Соли, наприм., хлористый натръ, фосфорно-кислая известь и пр. Всѣ эти вещества четырехъ классовъ для совершеннаго питанія организма должны входить въ него вмѣстѣ, а не порознь,—вмѣстѣ какъ органическія (животныя и растительныя), такъ и неорганическія.

Каждый изъ этихъ четырехъ классовъ питательныхъ веществъ имѣетъ для экономіи животнаго организма особенное физіологическое значеніе. Азотистыя вещества, по содержанію въ себѣ азота, составляютъ ткане—образовательную пищу, т. е. они питаютъ и даютъ происхожденіе всѣмъ тканямъ, отъ которыхъ зависитъ механическая и духовная сила, и тѣмъ не только поддерживаютъ жизнь и спасаютъ здоровье отъ разрушенія, но и увеличиваютъ силу организма.

Впрочемъ, нѣкоторыя вещества, хотя и изобилуютъ азотомъ, но все-таки не имѣютъ ткане—образовательнаго свойства и принадлежатъ исключительно къ тепло-образовательнымъ веществамъ, напримѣръ студень. Поэтому употребленіе студени, какъ питательнаго вещества, въ больницахъ—подъ видомъ желе, суповъ и прочее,—не приноситъ ожидаемой пользы, такъ какъ студень окисляется въ организмѣ очень быстро и продукты ея измѣненія выдѣляются почками и легкими. Такимъ образомъ, свойство пищи зависитъ не всегда отъ свойства составныхъ ея элементовъ, но и отъ особеннаго состоянія, въ которомъ они находятся. Ткане-образовательныя вещества могутъ имѣть одинаковый химическій составъ, но различную степень питательной силы. Тоже замѣчаніе относится и къ различнымъ видамъ тепло-образовательной пищи. Вообще-же азотистая пища сохраняетъ тканеобразовательную силу только при благопріятствующихъ условіяхъ къ поступленію ея элементовъ

въ тѣло, когда, напр., процессы пищеваренія, дыханія и выдѣленія находятся въ надлежащемъ между собою соотношеніи, при чемъ принятая азотистая пища переваривается, всасывается и надлежаще примѣняется къ питанію. Если-же пищеварительная сила желудка и кишекъ слаба и пищевареніе не совершенно, или пищевареніе совершенно, да въ крови существуетъ такой избытокъ азотистыхъ веществъ, что они больше не могутъ усвоиваться тканями, или же, наконецъ, они и примѣняются тканями, да разлагающіе процессы недостаточны и оттого не совершенно окисленные продукты распаденія накопляются въ организмѣ,—въ такихъ случаяхъ уподобленіе азотистой пищи уменьшается и наступаетъ упадокъ силъ организма; при совершенномъ же прекращеніи потребленія ея, упадокъ этотъ совершается очень быстро, при чемъ прежде, главнымъ образомъ, истощается мышечная система (произвольная и не произвольная, включая и сердце), позднѣе ослабѣваютъ и душевныя силы.

Подобный исходъ, при недостаткѣ азотистыхъ веществъ, до нѣкоторой степени, отсрочивается усиленнымъ употребленіемъ жировъ и крахмаловъ, или посредствомъ совершеннаго покоя. Въ томъ и другомъ случаѣ замедляется и ограничивается распаденіе азотистыхъ тканей; ибо жиры и крахмалы поглощаютъ кислородъ и тѣмъ спасаютъ отъ разрушенія послѣднія, а покой уменьшаетъ поглощеніе кислорода и тѣмъ доставляетъ азотистымъ тканямъ тѣже самыя физіологическія выгоды. Такъ что, при недостаткѣ азотистыхъ веществъ, строеніе тѣла можетъ быть сохранено въ здоровомъ состояніи гораздо долѣе при условіи большаго принятія безазотистыхъ веществъ и покоя, чѣмъ безъ этого условія. Но въ усиленномъ употребленіи жировъ и крахмаловъ усматривается возможность только замедлять потерю азотистыхъ веществъ, для усиленія же надлежащаго уподобленія послѣднихъ главное условіе составляетъ увеличенное принятіе кислорода, посредствомъ упражненія, которое въ одно и тоже время способствуетъ увеличенному поглощенію кислорода, выдѣленію углерода и ускоренію кровеобращенія. Кислородъ составляетъ одинъ изъ трехъ факторовъ, участвующихъ въ питаніи, что *Парксъ* опредѣляетъ слѣдующимъ образомъ: «въ питаніи участвуютъ три фактора: ткань, которая притягиваетъ альбуминатъ (азотистое вещество); самъ альбуминатъ, приносимый въ ткани кровью, и кислородъ, который, удаляя подержанный матеріалъ, дѣлаетъ ткань способною обновляться притяженіемъ большаго количества питательнаго матеріала». Азотистыя вещества, кромѣ питанія, способствуютъ также развитію животной теплоты посредствомъ своего окисленія въ организмѣ, и потому эти вещества не могутъ быть абсолютно отдѣлены отъ тепло-образовательныхъ веществъ; но не должно забывать, что размѣры окисленія ихъ не велики, такъ что если давать въ пищу одни азотистыя вещества, то требуется ихъ гораздо большее количество для произведенія животной теплоты. По этому-то азотистой пищи дано наименованіе питательной въ отличіе отъ дыхательной, которую составляютъ углеводороды и углеводы. Впрочемъ, углеводороды (жирныя и маслянистыя вещества), подобно азотистымъ, служатъ для образованія тканей и вмѣстѣ съ тѣмъ развиваютъ теплоту. Они существенно необходимы для образованія мышечной и нервной тканей, особенно послѣдней, и, подобно азотистымъ веществамъ, производятъ механическую силу. Поэтому, чтобы увеличить эту послѣднюю, количество жировъ должно быть увеличено, подобно азотистымъ веществамъ. Вотъ почему и углеводороды не есть абсолютно дыхательная пища. Ноевариваніе и всасываніе ихъ не такъ трудно, какъ азотистыхъ веществъ, и выведеніе ихъ изъ тѣла легче, потому что если они неудаляются изъ тѣла образованіемъ угольной кислоты, то накопляются въ немъ и образуютъ запасъ для будущаго употребленія. Относительная пропорція жира къ азотистымъ веществамъ въ наилучшей діэтѣ (т. е. такой, которая наилегче переваривается и въ тоже время производитъ наибольшую механическую силу), содержится какъ 1 къ 2 или $1\frac{1}{4}$ къ 2.

Что касается углеводовъ, крахмаловъ и сахаровъ, то они исключительно служатъ для развитія теплоты въ тѣлѣ, и потому составляютъ абсолютно дыхательную пищу. Они легче, чѣмъ азотистыя вещества и жиры, разрушаются кислородомъ, и потому защищаютъ эти составныя части пищи отъ слишкомъ быстраго распаденія. По мнѣнію *Людвига*, крахмалы въ человѣческомъ тѣлѣ образуютъ жиръ. Отношеніе ихъ къ азотистымъ веществамъ въ наилучшей діэтѣ бываетъ какъ $2\frac{1}{2}$ или $3\frac{1}{2}$ къ 1.

Соли также существенно необходимы тѣлу, какъ и азотистыя вещества. Известь въ видѣ фосфата, главнымъ образомъ, присуща всѣмъ животнымъ тканямъ; безъ этой соли не можетъ рости никакая клѣтка. Кромѣ того, для роста и возрожденія костей на столько же существенно нужна фосфорнокислая известь, на сколько необходима въ этомъ случаѣ фосфорнокислая магнезія. Кали и натръ въ формѣ фосфатовъ и хлоридовъ, принимаютъ такое же важное участіе въ молекулярныхъ токахъ; они не столько прикрѣплены къ тканямъ, какъ соли магнезіи и извести. Составляя части почти всѣхъ тканей, они не замѣщаются одна другою. Изъ нихъ кали есть непремѣнная составная часть форменныхъ тканей, каковы кровяныя клѣтки и мышечное волокно, между тѣмъ какъ натръ въ большомъ количествѣ содержится въ жидкостяхъ, орошающихъ или окружающихъ ткани. Хлоръ и фосфорная кислота составляютъ важное значеніе въ животной экономіи: первый, легко освобождаясь изъ соединенія, даетъ очень сильную хлористо-водородную кислоту, способную растворять азотистыя вещества въ желудкѣ, а послѣдняя соединяется въ большихъ пропорціяхъ съ известью и магнезіею. Угольная кислота вводится въ организмъ извнѣ и образуется въ немъ. Желѣзо находится почти во всякой ткани и во всякой пищѣ. Сѣра и фосфоръ входятъ преимущественно вмѣстѣ съ азотистыми веществами. Хлоръ принимается со всякою пищею и отдѣльно—въ видѣ хлористаго натра.

Нѣкоторыя соли, особенно тѣ, которыя образуютъ въ тѣлѣ углекислыя соли, каковы: молочно-кислыя, лимонно-кислыя, винно-каменно-кислыя и уксусно-кислыя, необходимы для поддержанія правильности молекулярныхъ токовъ. Напримѣръ, кому неизвѣстно то состояніе дурнаго питанія тѣла, которое въ высшей степени его развитія называется цынгою, и не есть-ли оно неизбѣжное слѣдствіе недостатка углекислыхъ солей въ пищи? Вотъ почему существуетъ общепринятое правило діэтетики—доставлять цынготнымъ больнымъ съ большою заботливостью такія свѣжія растенія, въ которыхъ, главнымъ образомъ, содержатся эти соли, наприм. рѣдька, капуста, салатъ, хрѣнъ, чеснокъ, лукъ и проч.

Извѣстно, что, при затрудненіи какого либо отправленія желудка, не только все пищевареніе, но вмѣстѣ съ нимъ и все питаніе въ тоже время останавливается, ибо въ такомъ случаѣ кровь не можетъ принимать изъ пищи питательныхъ началъ и передавать ихъ тканямъ тѣла. Отчего принятіе трудноваримой пищи сопровождается почти всегда болѣе или менѣе вредными послѣдствіями для пищеварительныхъ отправленій и для самаго процесса пищеваренія, а, при употребленіи такой пищи, обращается вниманіе на легковаримость и на способъ кухоннаго приготовленія ея. Но легковаримость пищи зависитъ отъ объема, сцѣпленія и разнообразія ея; по это-

чему при кровопусканіи вскорѣ послѣ ѣды кровь, вытекающая изъ вены, представляется бѣловатою, гноевидною, что дѣйствуетъ поражающимъ образомъ на больныхъ и окружающихъ.

У женщинъ въ крови больше жира, нежели у мужчинъ. Изъ минеральныхъ веществъ въ кроки содержатся: *хлоръ, сѣрная кислота, фосфорная кислота, калій, натрій, кислородъ, фосфорнокислая извѣсть, фосфорная магнезія*, за исключеніемъ желѣза, — главной составной части красныхъ шариковъ. Фосфорнокислый натръ сообщаетъ пласмѣ способность содержать въ растворенномъ видѣ углекислоту и направляетъ ее къ легкимъ. И, стало быть, имѣетъ отношеніе къ процессу дыханія. Фосфорнокислая извѣсть питаетъ костную ткань, и содержится въ растворенномъ видѣ фосфорнокислымъ натромъ.

Количество крови въ кровеобращеніи полагаютъ различно. Большая часть писателей считаетъ до 1/13 вѣса всего тѣла у взрослыхъ, а у новорожденныхъ до 1/19.

Вообще пласма предназначена для общаго питанія тѣла; бѣлковинѣ ея обязаны своимъ ростомъ кровяные шарики и изъ ней возникаетъ фибринъ, доставляющій вещества для возобновленія и возстановленія мышечной ткани; изъ жирныхъ веществъ также возникаетъ фибринъ, но, кромѣ того, они образуютъ ядра шариковъ и, подвергаясь окисленію, содѣйствуютъ поддержанію высокой температуры тѣла. Относительно же отправленія шариковъ надо замѣтить, что, кромѣ проводимости ими кислорода ко всѣмъ частямъ тѣла, они содѣйствуютъ развитію мышечныхъ волоконъ и нервнаго вещества.

Замѣчательно, что кровь, не смотря на свою сложность и на способность къ различнымъ измѣненіямъ, которымъ она легко можетъ подвергнуться, вслѣдствіе введенія въ нее, съ одной стороны, новыхъ веществъ, а съ другой — веществъ уже потребленныхъ, сохраняетъ свои постоянныя свойства, необходимыя для нормальнаго состоянія организма.

Мы можемъ вообще сказать, что кровь, обращаясь по тѣлу, въ каждый данный моментъ, бываетъ трехъ родовъ: кровь для настоящаго употребленія, какъ бы сегодняшняя; кровь, потерявшая это свойство, какъ-бы вчерашняя; кровь для будущаго употребленія, какъ-бы завтрашняя.

Теперь легко понять, что нормальное состояніе крови и здоровое питаніе находятся въ тѣсной между собою зависимости: кровь должна быть здорова для того, чтобы питаніе было нормально, а питаніе должно быть нормально для того, чтобы кровь была здорова.

Вслѣдствіе этого становится понятнымъ афоризмъ: «каждая часть тѣла, относительно своего питанія, относится ко всему тѣлу, какъ органъ отдѣленія». Потому что если какая нибудь часть неизвлекаетъ изъ крови вещества, удобныя для *ассимиляціи*, уподобленія составу нашего тѣла, или возвращаетъ не тѣ вещества, которыя должны быть продуктомъ ея измѣненій, то это вліяетъ на кровь до извѣстной степени и на нѣкоторое время, а измѣнившаяся кровь можетъ измѣнить и разстроить питаніе другихъ частей или органовъ.

Симпатія и проводники оной

Изъ сказаннаго видно, что если болѣзненное состояніе одной части отражается на другой, болѣе или менѣе удаленной, или даже на всемъ организмѣ, то это происходитъ посредствомъ крови. Такое соотношеніе или связь между различными органами или системами организма, по которой состояніе одной изъ системъ организма вліяетъ на другую или на всѣ остальныя, выражается словомъ *„симпатія“* Слѣдовательно, кровь, будучи единственнымъ источникомъ питанія, есть также проводникъ симпатіи. На основаніи такого отношенія между кровью и питаніемъ нѣкоторыя болѣзни, повидимому, чисто мѣстныя, наприм., различнаго рода сыпи, зависятъ отъ общаго растройства организма. Также различные болѣзненные наросты, какъ наприм. ракъ, считаются (Симонъ) новыми органами отдѣленія, заимствующими для своего питанія вещества изъ крови. Но у болѣе сложныхъ животныхъ и человѣка кровь не составляетъ единственнаго проводника симпатіи, — нервная система у нихъ принимаетъ на себя такое-же посредничество. Она также служитъ для установленія прямаго соотношенія между различными, даже отдаленными, органами. При ея посредствѣ разнообразныя душевныя состоянія могутъ отражаться на физическихъ отправленіяхъ. Такъ отъ стыда или гнѣва у насъ краснѣютъ щеки, отъ страха блѣднѣютъ и появляется потъ на поверхности кожи. Впрочемъ нервная система, будучи проводникомъ симпатіи, играетъ весьма важную роль и въ питаніи, ибо есть факты, что питаніе одной какой либо части можетъ быть въ значительной степени измѣнено, нарушено и даже совсѣмъ остановлено причинами, дѣйствующими черезъ посредство нервной системы. Напримѣръ: отъ раздраженія извѣстныхъ нервовъ объемъ кровеносныхъ сосудовъ въ нѣкоторыхъ железахъ увеличивается, отчего происходитъ въ нихъ усиленный притокъ крови и болѣе обильное отдѣленіе. Однакожъ, какое-бы прямое соотношеніе между различными органами ни обусловливалось нервною системою, она оказываетъ только свое вліяніе на различныя измѣненія въ питаніи, но не составляетъ необходимаго условія питанія; потому что существенный актъ этого процесса (за исключеніемъ условій, болѣе или менѣе содѣйствующихъ ему, какъ напр. притокъ крови), не находится въ прямой или непосредственной зависимости отъ нервной системы. Доказательствомъ сего служатъ опыты *Бернара* надъ перерѣзкою симпатическаго нерва, при чемъ питаніе частей вовсе не измѣнялось и такое не нормальное положеніе, безъ замѣтнаго вліянія на ихъ питаніе, продолжалось по нѣсколько мѣсяцевъ. Кромѣ этого опыта, непосредственная зависимость питанія отъ нервной системы опровергается осязательными фактами. Извѣстно, что питаніе свойственно какъ простѣйшимъ животнымъ, такъ и растеніямъ, у которыхъ нѣтъ ни малѣйшихъ слѣдовъ нервной системы. Извѣстно также, что нѣкоторыя изъ нашихъ тканей, какъ напр. хрящи, вовсе лишены нервовъ, между тѣмъ какъ они разрушаются и возставляются, они растутъ, развиваются измѣняются, однимъ словомъ — питаются, подобно другимъ тканямъ, одареннымъ нервами. Наконецъ, мы знаемъ, что первая и самая важная фаза въ развитіи зародыша происходитъ еще до появленія нервной системы.

Благопріятныя для питанія обстоятельства.

Если, съ одной стороны, молекулярная смерть или постепенное разрушеніе мельчайшихъ частицъ нашего тѣла есть необходимое условіе жизнедѣятельности, вслѣдствіе того, что каждое отправленіе влечетъ за собою потерю тканей; то, съ другой стороны, вознагражденіе потери въ организмѣ есть необходимое условіе его отдыха.

Хотя возможно возстановленіе тканей организма и во время его дѣятельности, но въ это время количество потерь превышаетъ возстановленіе ихъ. Слѣдовательно, для полнаго вознагражденія потеряннаго въ организмѣ (безъ чего существенныя условія жизни не могутъ поддерживаться), необходимы періоды относительнаго бездѣйствія, болѣе или менѣе полнаго покоя всего организма или той его части, которая терпитъ потерю отъ усталости и нуждается въ возобновленіи. *Какъ потеря обусловливаетъ возобновленіе, такъ дѣятельность, производящая потерю, обусловливаетъ покой, — періодъ возстановленія.* Напр. мы долго ра-

ботали рукой, въ мышцахъ ея развилось чувство усталости, зависящее отъ недостатка равновѣсія между потерею и возстановленіемъ. Мы даемъ отдохнуть усталой рукѣ болѣе долгій или короткій промежутокъ времени,—и чувствуемъ въ ней снова присутствіе силы, вслѣдствіе вознагражденія потери, во время отдыха. Такъ что можно сказать, жизнь представляетъ два существенныхъ явленія: *уподобленіе и отправленіе*; уподобленіе есть источникъ силы, отправленіе—ея расходованіе. И такъ, за движеніемъ долженъ слѣдовать покой,—періодъ возстановленія; послѣ сего органы или ткани снова способны къ дѣятельности, за которой, въ свою очередь, опять долженъ слѣдовать покой.

Различныя обстоятельства различно опредѣляютъ необходимое количество покоя, но главными условіями опредѣленія количества покоя можетъ служить:

Во первыхъ, количество предшествовавшей работы. Чѣмъ большее количество предшествовавшей потери, тѣмъ большее количество покоя требуется для возстановленія, и на оборотъ.

Во вторыхъ, состояніе здоровья организма. Здоровый и крѣпкій организмъ, который сохраняетъ полную гармонію между возобновленіемъ и истощеніемъ тѣла, устаетъ не скоро и отдыхаетъ быстро. Напротивъ, больной и слабый человѣкъ устаетъ скоро и отдыхаетъ очень медленно.

Въ третьихъ, привычка къ извѣстной работѣ, т. е. частый и постоянный оборотъ между процессами истощенія и возобновленія. Отъ непривычной работы мы быстро устаемъ и, послѣ непродолжительнаго труда, нуждаемся въ продолжительномъ отдыхѣ. Напротивъ, чѣмъ болѣе привыкаемъ мы къ той или другой работѣ, тѣмъ медленнѣе устаемъ и нуждаемся въ менѣе продолжительномъ отдыхѣ, послѣ продожительнаго труда. Это относится и къ общей дѣятельности тѣла и къ частнымъ отправленіямъ тѣхъ или другихъ его органовъ, мускуловъ и нервовъ. Напр. изучающій игру на рояли чувствуетъ въ первое время, послѣ нѣсколькихъ минутъ занятія, продолжительную усталость въ рукахъ, въ особенности въ пальцахъ; а потомъ онъ играетъ цѣлые часы, незамѣчая усталости, и если устаетъ наконецъ, то нѣсколькихъ минутъ отдыха достаточно ему, чтобы возстановить силы своихъ пальцевъ. Привычка расширяетъ всѣ силы человѣка. Впрочемъ въ природѣ есть факты, которые повидимому, не доказываютъ необходимости поперемѣнныхъ періодовъ дѣятельности и отдыха. Такъ всѣ отправленія, относящіяся къ системѣ органической жизни, повидимому, совершаются безъ отдыха. Движенія сердца, дыхательнаго аппарата и пищеварительнаго канала,—всѣ эти функціи происходятъ какъ во время сна, такъ и во время бдѣнія. Но эти движенія ритмическія, которыя состоятъ въ послѣдовательныхъ и правильныхъ мышечныхъ сокращеніяхъ; въ которыхъ каждый промежутокъ есть періодъ покоя. И хотя мы говоримъ, наприм. что сердце, легкія и пищеварительный каналъ находятся постоянно въ движеніи, но въ сущности эти движенія не происходятъ постоянно, а съ перерывами. Каждая часть этихъ органовъ подвергается поперемѣнному сжиманію и расширенію. Кромѣ того, вѣроятно, что въ данный моментъ дѣйствуютъ только нѣкоторыя волокна каждой части, между тѣмъ какъ другія въ это время остаются въ покоѣ. Слѣдовательно, возобновленіе силы одного органа можетъ совершаться и во время дѣятельности другаго. Истина эта подтверждается фактами и въ нашей обыденной жизни. Такъ напр., при переноскѣ тяжести, человѣкъ инстиктивно перемѣняетъ руки или плеча, или при продолжительномъ стояніи на одномъ мѣстѣ онъ опирается болѣе то на одну, то на другую ногу, и, смотря по привычкѣ къ переносу тяжести или къ стоянію и быстротѣ возобновленія силъ, для него возможно болѣе или менѣе долгое и постоянное дѣйствіе одного и того-же члена.

Процессъ мышленія подчиненъ тому же физіологическому закону, какъ и процессъ произвольнаго движенія. Если мы будемъ долгое время дѣлать одно и тоже движеніе, то чрезвычайно утомимъ мышцы: точно также утомляется и мозгъ при продолжительной и однообразной работѣ. Очень отвлеченныя умственныя занятія, продолжительныя и часто повторяемыя, разслабляютъ мозгъ. По этому, при воспитаніи дѣтей необходимо перемѣнять ихъ нервную дѣятельность,—и тѣмъ чаще, чѣмъ менѣе развиты силы организма. И дѣйствительно, всякая, слишкомъ долгая и постоянная дѣятельность въ одномъ направленіи губительно дѣйствуютъ на 8 или 9—лѣтняго ребенка. Такого рода дѣятельность, насильственно устремляя всю силу обновляющаго процесса къ одному органу и отвлекая ее отъ другихъ, требующихъ роста, развитія и силы, дѣлаетъ ребенка больнымъ физически и нравственно. Ибо, при недостаткѣ питанія умственно—трудящагося организма, развивается худоба, блѣдность, малокровіе, различныя хроническія болѣзни мозга и всего организма. Впрочемъ, и избытокъ питанія стѣсняетъ мозгъ, а для правильнаго теченія умственныхъ занятій и легкаго воспріятія идей, ими доставляемыхъ, необходима совершенная матеріальная свобода органа психической дѣятельности. Равнымъ образомъ, для него необходима и духовная свобода, т. е. онъ не долженъ быть стѣсняемъ никакими движеніями духа: страхомъ, печалью, тоской, любовью, завистью. Все это стѣсняетъ правильное проявленіе операцій ума, влечетъ остановку въ выработкѣ и усвоеніи идей,—разстроиваетъ умственную сферу, а частенько—и здоровье человѣка. Вотъ почему нужно благодарить современное воспитаніе за уничтоженіе всякихъ грубыхъ побудительныхъ мѣръ къ ученію и системы тѣлеснаго наказанія. При перемѣнной дѣятельности и совершенной свободѣ мозга, ребенокъ можетъ дѣлать много и безъ всякаго вреда для его здоровья. И такъ, умственныя занятія ребенка непремѣнно должны передаваться съ другими легкими занятіями и физическимъ движеніемъ и должны быть свободны. Надобно, чтобы ребенокъ ходилъ, сидѣлъ, прыгалъ, бѣгалъ, рѣзвился-бы цѣлый день, и чтобы его умственныя занятія въ началѣ не были слишкомъ продолжительны, но мало по малу увеличивались бы, и только постепенная привычка расширяла бы промежутокъ времени его занятій. При этомъ напряженіи ума всегда должны быть соразмѣрны со степенью умственныхъ способностей. Такая умственная работа, служа здоровою духовною пищей для мозга, укрѣпляетъ и правильно развиваетъ его, изощряетъ воображеніе и всѣ способности ума.

Сонъ.

Но какъ-бы ни привыкъ человѣкъ къ дѣятельности, какъ-бы онъ не перемѣнялъ ее, наконецъ, въ теченіе бодрствованія настаетъ минута, когда потеря его организма до того превышаетъ прибыль и равновѣсіе между приходомъ и расходомъ до того нарушается, что онъ не только не можетъ работать, ходить, стоять или заниматься чѣмъ-бы то ни было, но не можетъ даже глядѣть, слушать, не можетъ даже пассивно воспринимать никакихъ внѣшнихъ впечатлѣній; словомъ, когда дѣятельность его мозга должна, наконецъ, прекратиться отъ утомленія, ставъ неспособною къ работѣ, и когда жизненныя отправленія должны придти въ состояніе покоя—когда долженъ онъ уснуть, дабы освѣжить свой мозгъ полнымъ и совершеннымъ отдыхомъ организма, обновить его питаніемъ и чрезъ то возстановить его энергію. Хотя и растенія, во время ночи, пока-

зываютъ нѣкоторыя, похожія на сонъ измѣненія,—они свертываютъ или развертываютъ свои листья, чашечки своихъ цвѣтовъ, но—это вліяніе ночи, отсутствіе свѣта, періодичности органическихъ процессовъ, а не сна. По этому, сонъ есть исключительная принадлежность животной природы, сопровождающая возобновляющій процессъ. Безъ сознанія,—говоритъ *Карусъ*,—не можетъ быть и рѣчи о настоящемъ бодрствованіи; а слѣдовательно существа, не имѣющія сознанія,—говоритъ *Миллеръ*,—не могутъ имѣть и настоящаго сна. Даже и у животныхъ, по ученію этого знаменитаго физіолога, сонъ есть явленіе, исключительно принадлежащее животной жизни, вся же органическая (растительная) жизнь, т. е, питаніе, со всѣми непроизвольными движеніями, его сопровождающими, у животныхъ продолжаетъ совершаться тихо и спокойно, не принимая никакого участія въ снѣ.

Нѣкоторые на томъ основаніи, что предоставленіемъ поочередного отдыха то тому, то другому органу тѣла, можно поочередно возобновлять ихъ силы, думали отрицать у животнаго организма безусловную необходимость сна, какъ общаго отдыха. Они, считая сонъ за привычку, хотѣли отвыкнуть отъ такой дурной привычки, но попытки ихъ не удались. Опытъ показываетъ, что можно привыкнуть спать очень мало, но совсѣмъ безъ сна обходиться невозможно, что хотя на нѣсколько минутъ долженъ отдаться человѣкъ тому полному отдыху, который дается только сномъ, чтобы быть способнымъ для новой жизненной дѣятельности, и что минутная дремота сокращаетъ потеры нервной системы и освѣжаетъ человѣка. болѣе, чѣмъ продолжительный отдыхъ безъ сна. По этому справедливо говоритъ французская пословица: «кто спитъ—тотъ обѣдаетъ», потому что, съ сокращеніемъ потери нервной системы во время сна, уменьшается и необходимость въ пищѣ. Между тѣмъ какъ мы часто просиживаемъ ночи и нетолько за умственной работой, но въ волненіи—ночи, когда, по указанію Промысла, все покоится въ невозмутимой тишинѣ, и ложимся спать тогда, когда просыпается вся природа, обновленная силами — превращаемъ ночь въ день. Неужели-же это можетъ быть безъ разстройства для нашего здоровья? Все мірозданіе исполняетъ свои операціи съ величайшею точностію, не позволяя себѣ ни замедленія, ни ускоренія ни на одно мгновеніе, такъ что за цѣлыя столѣтія впередъ можно предсказать съ удивительною точностію проявленія тѣхъ операцій: какъ же можно думать, чтобы наши, самыя рѣзкія, уклоненія отъ законовъ природы проходили безнаказанно и безъ вреда для нашего здоровья? Нѣтъ, быть не можетъ этого! Если ранняя старость есть общее слѣдствіе безпорядочной жизни, то ничто не ускоряетъ такъ наступленія старости, какъ безсонный образъ жизни. Старость является въ этомъ случаѣ именно «домашнимъ татемъ», какъ *Шекспиръ* назвалъ ее. И такъ, необходимость сна для животнаго организма очевидна. Всѣ животныя спятъ. И хотя причины необходимости его еще не вполнѣ объяснены физіологами, однако же можно предполагать двѣ физіологическихъ причины этого явленія.

Во первыхъ, такъ какъ растительный процессъ вполнѣ и безпрепятственно совершается только въ продолженіе сна, то сонъ, какъ и отдыхъ, способствуетъ процессу обновленія силъ,—возстановленія тканей изъ массы крови. Такъ мы видимъ, что недостатокъ сна разстроиваетъ пищевареніе и, замедляя такимъ образомъ процессъ возобновленія, разрушаетъ силы организма. И чѣмъ сильнѣе растительный процессъ, тѣмъ болѣе организмъ нуждается въ снѣ. Въ раннемъ возрастѣ, напримѣръ, когда растительный процессъ разомъ достигаетъ двухъ цѣлей—роста и возобновленія и когда, слѣдовательно, онъ долженъ дѣйствовать съ возможно меньшей потерей организма, сонъ гораздо продожительнѣе, чѣмъ въ зрѣломъ возрастѣ; а въ первые 8-мъ дней, по рожденіи, когда ростъ дитяти прибываетъ на 1/12, а вѣсъ на 1/4 часть, все время обращается на сонъ и кормленіе.

Вслѣдствіе того, дитя чрезъ шесть или семь мѣсяцевъ достигло-бы обыкновенной человѣческой величины, если бы сонъ оставался неизмѣнно продолжительнымъ; но по прошествіи 8 дней. у дитяти проявляется психическое развитіе, все болѣе и болѣе истощающее тѣло, а ростъ и сонъ постоянно уменьшаются: такъ что, по мѣрѣ того, какъ дитя подростаетъ, постепенно увеличивается и періодъ бодрствованія, но все-таки онъ не продолжается цѣлый день, а прерывается сномъ. Даже трехъ или четырехлѣтній ребенокъ спитъ больше одного раза въ день. Кромѣ того, мы замѣчаемъ, что дѣти больныя спятъ болѣе обыкновеннаго, иногда по цѣлымъ днямъ, и болѣзнь ихъ проходитъ во снѣ, причемъ организмъ самъ борется съ болѣзнію,—природа сама вознаграждаетъ потерянныя силы. Мы замѣчаемъ также, что люди, подверженные спячкѣ, толстѣютъ и что черезъ сонъ нерѣдко рѣшается участь больнаго, совершается переломъ, кризисъ многихъ болѣзней, т. е. быстро наступающее — въ нѣсколько часовъ—улучшеніе, когда болѣзнь уже достигла высокой степени развитія. Особенно въ душевныхъ болѣзняхъ, зависящихъ отъ нарушеннаго питанія мозга, глубокій и долговременный сонъ (20—24 ч.) составляетъ спасительное рѣшеніе—**judicium**.

Во вторыхъ, такъ какъ люди, привыкшіе проводить безсонныя ночи въ занятіяхъ, чувствуютъ, какъ они мало по малу теряютъ власть надъ впечатлѣніями, памятью и воображеніемъ, а минута дремоты снова возвращаетъ имъ эту власть; то можно предполагать, что только во время сна происходитъ возобновленіе тканей центральныхъ органовъ нервной системы, посредствомъ которыхъ дѣйствуетъ наше сознаніе и наша воля; ибо въ это время умъ не вполнѣ совершаетъ свои отправленія, а произвольное движеніе почти со всѣмъ прекращается—и человѣкъ перестаетъ управлять своими ощущеніями и движеніями. Такое предположеніе оправдывается и ученіемъ *Миллера*, который говоритъ, что «мозгъ, дѣятельность котораго необходима для духовной жизни, повинуется общимъ законамъ всѣхъ органическихъ явленій, т. е. что проявленіе жизни производитъ въ немъ матеріальныя измѣненія». Но какъ бы ни очевидна была необходимость сна для животнаго организма, однакоже, и излишній сонъ вредно дѣйствуетъ на здоровье человѣка—излишній сонъ усиливаетъ растительный процессъ и дѣлаетъ человѣка вялымъ, мало впечатлительнымъ, тупымъ, лѣнивымъ, увеличиваетъ объемъ его тѣла,—словомъ, дѣлаетъ его болѣе растеніемъ. Вотъ почему воспитаніе, заботясь о гармоническомъ развитіи человѣческаго организма, должна управлять и сномъ. Чѣмъ болѣе была напряжена дѣятельность мозга въ состояніи бодрственномъ умственной работою, душевными впечатлѣніями, особенно заботою, тѣмъ спокойнѣе долженъ быть сонъ, тѣмъ глубже и продолжительнѣе. Вообще, взрослому человѣку нужно среднимъ числомъ 8 часовъ сна, а слѣдовательно сонъ занимаетъ 1/3 человѣческой жизни. Впрочемъ, въ дѣтскомъ возрастѣ требуется сна отъ 10 до 16 часовъ въ сутки, женщинамъ нужно больше сна, чѣмъ мужчинамъ, равно какъ людямъ слабымъ, больнымъ, малокровнымъ, сангвиникамъ и холерикамъ. Въ старости должно беречь свой организмъ сколько можно больше, потому что вознагражденіе потери организма совершается съ трудомъ; эта эпоха, вообще сходная во многихъ отношеніяхъ съ дѣтствомъ, подобно ему требуетъ частаго и продолжительнаго сна. Такъ

какъ сонъ только тогда укрѣпляетъ и освѣжаетъ мозговую, нервную и мускульную системы, когда онъ продолжается достаточное время, глубокъ и непрерывенъ, то надобно стараться, чтобы сонъ имѣлъ всѣ эти свойства. А для того необходимо, чтобы спальня была тихая, отдѣльная, темная и умѣренно теплая—съ температурою + 12° Реом. и чтобы въ ней воздухъ былъ чистый и сухой, а отходя ко сну избѣгать всякаго возбужденія и душевнаго волненія. Также надобно стараться, чтобы сонъ былъ своевременный, т. е. надо рано вставать и рано ложиться,—по крайней мѣрѣ за часъ или за два часа до полуночи. Это также одно изъ главнѣйшихъ свойствъ сна, періодически пріостанавливающаго и уменьшающаго истощеніе организма жизненною дѣятельностію, отражающаго свое благотворное вліяніе во всѣхъ нашихъ дѣйствіяхъ и составляющаго твердое основаніе цвѣтущаго здоровья и продолжительной жизни. Такое благотворное вліяніе своевременнаго сна, по мнѣнію *Гуфеланда,* зависитъ отъ наступленія въ концѣ каждаго 24-часоваго періода той физіологической перемѣны организма или кризиса, посредствомъ котораго достигающее въ это время высокой степени истощеніе или разрушеніе тканей вознаграждается и измѣненное состояніе органическихъ процессовъ возстановляется и уравновѣшивается. Явленія этого кризиса,—говоритъ *Гуфеландъ,* состоятъ въ томъ, что въ организмѣ появляется нѣчто въ родѣ общей лихорадки, которую многіе ощущаютъ вечеромъ и которая какъ всякая простая лихорадка, причиняетъ утомленіе, наклонность къ сну и ощущаемую нами каждую ночь критическую испарину, болѣе или менѣе сильную и благопріятную для изверженія всѣхъ веществъ безполезныхъ или вредныхъ, вошедшихъ въ тѣло или образовавшихся въ немъ въ теченіи дня. Этотъ постоянный кризисъ,—продолжаетъ онъ,—необходимъ для сохраненія человѣка и совершается именно въ полночь, когда лихорадка достигаетъ болѣе сильной степени. Вслѣдствіе того, кто ложится спать передъ разсвѣтомъ, тотъ кромѣ того, что не пользуется благодѣтельнымъ сномъ, ибо кризисъ въ немъ не бываетъ полнымъ и тѣло его никогда совершенно не очищается, но и теряетъ утро—удобнѣйшее для занятій время.

Кто ложится и встаетъ рано, тотъ дѣлается здоровымъ и мудрымъ: утромъ, по пробужденіи, онъ чувствуетъ себя какъ бы помолодѣвшимъ, бываетъ даже выше ростомъ и члены его больше имѣютъ мягкости, гибкости и силы, а духъ обнаруживаетъ въ себѣ болѣе энергіи, болѣе владѣетъ данными ему природной силами и бываетъ богатымъ источникомъ новыхъ произведеній ума, ясныхъ понятій и высокихъ мыслей, однимъ словомъ—въ это время онъ болѣе юноша. Напротивъ, кто привыкъ работать по ночамъ, тотъ забываетъ, что сухость, жестокость и изнуреніе тѣла наступающія вечеромъ, составляютъ признаки старости и что, слѣдовательно, онъ обременяетъ себя занятіями вечеромъ, въ возрастѣ изнуренія и старости. По этому можно смотрѣть на каждый день, какъ на изображеніе въ миніатюрѣ всей нашей жизни: утро представляетъ юность, полдень—зрѣлый возрастъ, а вечеръ старость.

Такимъ образомъ мы спимъ именно ночью не по привычкѣ или по внѣшнимъ физическимъ условіямъ, что-де при свѣтѣ намъ удобнѣе исполнять наши обязанности, но по внутреннему состоянію нашего организма, по которому сонъ требуется для вознагражденія дневной убыли въ тканяхъ тѣла. Вслѣдствіе того, и продолжительность сна зависитъ отъ внутреннихъ условій организма, именно отъ количества потери въ немъ и отъ быстроты вознагражденія ея. Такъ, зимой мы спимъ долѣе и обыкновенно крѣпче, чѣмъ лѣтомъ, потому что и безпрестанная трата организма зимой бываетъ больше. Такъ какъ расходъ организма отъ холода увеличивается, а отъ тепла—сокращается, ибо въ тепломъ воздухѣ мы менѣе поглощаемъ увеличивающаго убыли кислорода; то, для полнаго и скораго возстановленія равновѣсія между приходомъ и расходомъ организма, во время сна, намъ нужно бываетъ большее количество теплоты, чѣмъ обыкновенно. По этому чтобы сберечь теплоту, которая производится нервной системой и которая, во время сна, уменьшается вслѣдствіе прекращенія дѣйствія мускуловъ, мы инстинктивно закрываемъ голову, такъ чтобы воздухъ, соприкасаясь съ покрываломъ, нагрѣвался прежде, чѣмъ войдетъ въ дыхательные органы: вотъ почему сонъ въ холодной атмосферѣ не бываетъ возстановляющій и освѣжающій, хотя онъ и долѣе продолжается, чѣмъ въ теплой атмосферѣ. Даже на продолжительность сна оказываетъ вліяніе качество пищи: питательная и легковаримая пища скорѣе пополняетъ убыль въ нервной системѣ, почему она не располагаетъ насъ къ продолжительному сну: вотъ почему тѣ, которые употребляютъ грубую и неудобоваримую пищу, не должны удивляться, если они, не смотря на то, что часто и долго спятъ, постоянно дремлютъ. Сверхъ того, энергія отправленія пищеварительныхъ органовъ, быстрота и сила всасыванія питательныхъ веществъ, скорость обращенія крови ускоряющая движеніе послѣднихъ, и пр., опредѣляютъ необходимую продолжительность сна. Чѣмъ быстрѣе и скорѣе совершается каждый изъ этихъ процессовъ, тѣмъ скорѣе пополняются траты организма и тѣмъ меньше сна нужно организму, и на оборотъ.

Когда въ данное время пополненіе потеръ въ организмѣ совершилось, то мы переходимъ изъ сна къ состоянію бодрствованія, чувства наши постепенно пробуждаются: сначала осязаніе, потомъ слухъ, обоняніе, зрѣніе—въ порядкѣ, обратномъ тому, какимъ они исчезаютъ при засыпаніи. Въ теченіи этого промежутка, особенно къ утру, когда возвращаются обычныя отправленія мозга, появляются *сновидѣнія,* которыя болѣе способны быть вѣрными дѣйствительности. Такія сновидѣнія имѣютъ иногда свою собственную логику. Такъ Дреперъ говоритъ, что при подобныхъ обстоятельствахъ Кольдриджъ сочинилъ своего «Кублай—Фана» и что французскій математикъ Кондорсе осуществилъ нѣкоторыя изъ своихъ сочиненій. Вообще, сновидѣнія составляютъ область сильнаго преувеличиванія; во снѣ мы легко даемъ обширныя размѣры какому нибудь отдѣльному и даже незначительному обстоятельству, такъ что оно занимаетъ собою насъ цѣлую ночь; но, по большей части, умъ нашъ не удерживаетъ яснаго воспоминанія о сновидѣніяхъ, хотя бы они представлялись намъ съ чрезвычайной силой. Всякое сновидѣніе, коково бы оно ни было—неясное или сильно врѣзавшееся въ память ложное или справедливое, логическое само по себѣ или смѣшное и полное противорѣчій, вызывается въ насъ впечатлѣніями предметовъ, которые на яву мы видѣли или слышали и слѣды которыхъ остаются еще на чувствующихъ отдѣлахъ мозга.

Въ связи съ сновидѣніями находится сомнабулизмъ или хожденіе во снѣ, составляющій въ сущности тотъ же феноменъ сновидѣнія, только перешедшаго въ дѣйствіе. Сомнамбулизмъ имѣетъ нѣсколько степеней—отъ простаго разговора или крика во снѣ до настоящаго совершенія трудныхъ и даже опасныхъ дѣлъ. Младенецъ плачетъ во снѣ, но его можно успокоить, не пробуждая отъ сна—простымъ напоминаніемъ хорошо знакомаго звука, голоса матери. Дѣти говорятъ во снѣ и иногда даютъ въ этомъ состояніи нѣсколько разумныхъ отвѣтовъ на предложенные вопросы. Въ дѣтскомъ возрастѣ сомнамбулизмъ чаще всего выражается тѣмъ, что они встаютъ съ постели и ходятъ по цѣлому дому или да-

му, и кухонное искуство должно бы было заботиться особенно о раздробленіи, размягченіи или уменьшеніи сцѣпленія питательныхъ веществъ и о разнообразіи пищи, а не о томъ, чтобы пряностями придавать ей вкусъ, для возбужденія ложнаго аппетита и усиливанія безъ надобности пищеварительной дѣятельности. А между тѣмъ поваренное искуство до того неисключительно въ употребленіи разнообразнѣйшихъ приправъ, что эти послѣднія составляютъ особый классъ пищевыхъ матеріаловъ. Правда, пряности, какъ приправы пищи, многія трудноваримыя вещества дѣлаютъ болѣе способными къ уподобленію, такъ что въ этомъ случаѣ онѣ оказываютъ благотворное вліяніе на пищевареніе; но и въ этомъ случаѣ только тогда, когда разумно употребляютъ ихъ. Извѣстно, что пряности слишкомъ скоро возбуждаютъ пищеварительную силу и, придавая остроту пищѣ, располагаютъ насъ къ неумѣренности, а чрезъ продолжительное употребленіе онѣ дѣлаются для насъ неотъемлемою потребностью—онѣ приковываютъ насъ къ себѣ. По этому-то въ первую половину жизни, когда пищевареніе наше и безъ того совершается обыкновенно хорошо и скоро, мы мало можемъ позволять себѣ пряности. Ихъ можно употреблять и въ молодомъ возрастѣ жизни, но въ самомъ маломъ количествѣ— только для того, чтобы доставить вкусъ пищѣ. Но—чѣмъ старше дѣлаемся мы и, слѣдовательно, чѣмъ слабѣе становится дѣятельность нашего желудка, тѣмъ болѣе намъ позволительны прян ости—даже для возбужденія энергіи желудка и поддерживанія правильнаго пищеваренія. Но и тутъ онѣ должны быть по возможности легкія, дабы въ принятіи пищи не впадать въ излишество и не требовать отъ желудка двойной или тройной пищеварительной силы.

По этому-то кухонныя приправы, какъ лишенныя собственно питательнаго начала, несущественны и должны составлять только вспомогательныя пищевыя средства. Ихъ можно примѣшивать преимущественно къ такимъ кушаньямъ, которыя неспособны растворяться и преобразоваться въ вещества крови собственною дѣятельностію пищеварительныхъ органовъ и которыя, напрягая чрезвычайно дѣятельность послѣднихъ, раздражаютъ ихъ и отдѣляются обратно; или же ихъ прибавлять къ такимъ яствамъ, которыя хотя и растворяются и превращаются пищевареніемъ, но съ трудомъ и въ теченіи болѣе продолжительнаго времени. Первыя изъ такихъ веществъ называются несваримыми, а вторыя—трудноваримыми. Но само собою разумѣется, что употребленіе тѣхъ и другихъ сопряжено съ вредомъ для здоровья пищеварительныхъ органовъ, не говоря уже о той невыгодѣ, которая проистекаетъ обыкновенно отъ смѣшиванія ихъ съ разными раздражительными приправами, особенно если такія яства неизрѣдка, а ежедневно употребляются. Естественнымъ послѣдствіемъ этого есть длинный рядъ мучительныхъ страданій пищеварительныхъ органовъ.

Эти страданія нерѣдко начинаются, къ сожаленію, уже съ первыхъ годовъ — даже съ первыхъ мѣсяцевъ дѣтства, вслѣдствіе ложной любви матерей и нянекъ и вслѣдствіе ихъ незнанія потребностей молодаго тѣла и невѣдѣнія того, что дѣтскій желудокъ въ состояніи переносить. Многія матери кормятъ дѣтей всѣмъ въ такомъ возрастѣ, когда единственную пищу ихъ должно составлять молоко. Чаще всего онѣ лакомятъ ихъ пирогами, сдобными печеньями и разными сластями изъ кондиторскихъ лавокъ. Но, отъ употребленія ихъ, въ скоромъ времени, появляются вредныя послѣдствія. Нѣжные и слабые пищеварительные органы ихъ, будучи не въ состояніи переносить такую тяжелую пищу, приходятъ въ раздраженіе, ослабѣваютъ, дѣлаются больными и неспособными доставлять тѣлу питательныхъ веществъ, которыя столь необходимы для его роста. Тѣло дитяти худѣетъ и приходитъ въ разслабленіе, и само дитя дѣлается неповоротливымъ и вялымъ, а характеръ его до того угрюмымъ и скучнымъ, что охота у него къ веселымъ дѣтскимъ играмъ исчезаетъ. Въ тоже время дѣти обыкновенно страдаютъ отсутствіемъ аппетита и не принимаютъ никакой здоровой питательной и естественной пищи—вслѣдствіе болѣзни; но чѣмъ болѣе дитя отказывается отъ ней, тѣмъ болѣе матери стараются ублажать его лакомствами или трудноваримыми веществами: каждое желаніе его удовлетворяется, ему позволяютъ ѣсть и пить все, что только оно находитъ для себя пріятнымъ—и отъ того зло еще болѣе усиливается.

Такимъ образомъ, превратною любовью своею матери отравляютъ жизнь своего любимца и доводятъ его до гроба—свое единственное дѣтище, составлявшее всю ихъ радость и утѣшеніе подъ старость.

Такъ отравляютъ здоровье и жизнь дѣтей въ знатныхъ и зажиточныхъ сословіяхъ. Но—дѣти и бѣдныхъ людей не лишены другой опасности. Грубый кислый хлѣбъ, огородныя овощи въ шелухѣ, картофель и т. д. вредятъ дитяти столько-же. Слабая и даже разстроеная пищеварительная дѣятельность, блѣдность лица, исхуданіе, вялость и неповоротливость тѣла, отсутствіе живости духа, надутость живота, отвердѣніе брюшныхъ желѣзъ—вотъ обыкновенныя послѣдствія, снѣдающія дѣтское здоровье, у поселянъ.

Но то, что сказано здѣсь о первыхъ дѣтскихъ годахъ, можетъ быть примѣнено и ко всей послѣдующей жизни человѣка, съ тою только разницею, что взрослые люди сами бываютъ виною своего несчастія.

Для богатыхъ больной желудокъ есть бичь: онъ препятствуетъ, онъ мѣшаетъ наслажденіямъ ихъ, онъ отравляетъ богатство ихъ и они съ смѣшною жадностью бросаются на всякій секретъ, который предлагаетъ имъ какой-нибудь шарлатанъ для продолженія жизни, между тѣмъ какъ для этого есть одно только средство, и оно состоитъ въ томъ именно, чтобы не сокращать ее. А ничто болѣе не сокращаетъ жизнь, какъ разстройство пищеврайтельной дѣятельности ѣдою и питьемъ. Кондиторскія печенья и кушанья, приготовляемыя съ разными острыми и раздражающими приправами, въ продолженіи 100 лѣтъ,—по замѣчанію практиковъ—врачей,—отправляютъ болѣе людей на кладбище, нежели самая опустошительная эпидемическая болѣзнь и кровопролитнѣйшая война. Они медленно и по одиночкѣ требуютъ свои жертвы, но постигаютъ ихъ тѣмъ вѣрнѣе, потому что скрываютъ смерть подъ вывѣскою радости и удовольствія.

Да, желудокъ есть средоточіе жизни, важнѣйшій органъ нашего тѣла. Это большая химическая лабораторія, въ которой приготовляются всѣ вещества, необходимыя тѣлу для роста и сохраненія его! Это очагъ, выковывающій то вещество, изъ котораго устроивается костяной составъ нашего тѣла! Это котелъ, въ которомъ варится матеріалъ для нашихъ мускуловъ, костей и кожи и для веществъ, входящихъ въ составъ нашихъ нервовъ и мозга! Это печь, которая снабжаетъ все наше тѣло продолжительною теплою! Такъ что, безъ здороваго желудка, здоровое состояніе тѣла невозможно.

Между тѣмъ, однакожъ, ни одинъ органъ человѣческаго тѣла не подвергается такимъ мученьямъ и злоупотребленіямъ, какъ желудокъ: ни одному не приходится переносить столько отъ человѣческихъ страстей и желаній, ни на одинъ не обращаютъ столь малаго вниманія, ни съ однимъ не обходятся такъ безпечно и не осторожно.

Когда поврежденъ палецъ, то за нимъ ухаживаютъ съ большою заботливостью, завязываютъ его въ тряпочку и не принуждаютъ ни къ какой работѣ, ни къ какому напряженію (да еслибъ человѣкъ

и лишился пальцевъ, или даже цѣлой руки—онъ можетъ еще оставаться здоровымъ въ телѣсномъ и духовномъ отношеніи и пользоваться полными силами); но для здоровья, своего желудка, онъ не въ состояніи отказать себѣ въ какой нибудь пищѣ, которая пріятно раздражаетъ языкъ его. Дамы, наприм., нисколько не почитаютъ себѣ тягостью отказаться отъ солнечнаго сіянія, столь благодѣтельнаго для ихъ тѣла, и отъ свѣжаго воздуха, столь необходимаго для здоровья ихъ, и все это—для того только, чтобъ не повредить нѣжному и воображаемо—прекрасному цвѣту своего лица и своихъ рукъ; по этому онѣ проводятъ по цѣлымъ днямъ и недѣлямъ въ нечистомъ и не здоровомъ комнатномъ воздухѣ. Но если, для здоровья своего желудка и изъ желанія блага всему своему тѣлу, приходится имъ отказываться отъ лакомаго куска пирожнаго или неутолять нѣсколькими минутами долѣе жажды своей послѣ танцевъ, то онѣ не въ силахъ этого сдѣлать, хотя и хорошо увѣрены во вредѣ, который можетъ произойти отъ этого. Наконецъ, когда желудокъ испорченъ и находится въ болѣзненномъ разстройствѣ,—ему не оказываютъ ни малѣйшей пощады, объ немъ нисколько не заботятся и ему предлагаютъ кушанья и напитки, которыхъ даже здоровый желудокъ не могъ бы вынести.

Жалуясь на слабость желудка, неотказываютъ, однакожъ, языку ни въ какомъ наслажденіи—пьютъ и ѣдятъ обыкновенно безъ малѣйшаго снисхожденія къ страждующему органу. А возможно ли послѣ этого удивляться, если не одинъ органъ въ человѣческомъ тѣлѣ не подвергается столь всеобщимъ и многочисленнымъ болѣзнямъ, какъ желудокъ, особенно въ высшихъ и богатыхъ сословіяхъ? Ибо ихъ кухня стремится къ тому только, чтобъ доставлять пріятное щекотаніе ихъ языку и небу: самыя противоположныя и трудно — варимыя кушанья употребляются ими одни за другими и вмѣстѣ, безъ всякаго вниманія къ здоровью. И замѣчательно, что это дѣлается у нихъ обыкновенно подъ сурдиною искусныхъ поваровъ, которые, для поддержанія чести своей и въ отвращеніе непріяности нести изготовленное кушанье назадъ въ кухню, подаютъ блюда въ такомъ порядкѣ, чтобы послѣдующее между ними вновь возбуждало аппетитъ, расчитывая при томъ на глаза тѣхъ, кого они кормятъ. При такихъ обстоятельствахъ, поваръ сперва старается прельстить гастронома заманчивымъ, искусно приготовленнымъ новымъ блюдомъ, на которое гастрономъ сперва поглядываетъ украдкою и любуется имъ; но потомъ вскорѣ начинаетъ у него, какъ говорится обыкновенно, течь слюнка—тогда хоть бы позади его стояла олицетворенная подагра, о! тогда онъ не можетъ противиться искушенію, и—еще разъ отваживается на приступъ. Такимъ образомъ, бѣдный желудокъ, которому въ такой крайней опасности служитъ стражемъ лишь языкъ, къ сожалѣнію, поддающійся подкупу, начиняется большимъ количествомъ пищи, для переваривания которой требуется нерѣдко двойная или даже тройная сила,—пищи, которая содержитъ въ себѣ раздражающія и разгорячающія вещества и составляетъ самую странную смѣсь кислаго и сладкаго, горькаго и остраго, соленаго и жирнаго. Рекомендуются тысячи средствъ противъ слабости и болѣзней желудка, но большая часть изъ нихъ скорѣе вредны. Въ состояніи ли они всѣ помочь, когда не подкрѣпляются, со стороны самыхъ больныхъ, точнымъ познаніемъ какъ о боли и свойствахъ желудка, такъ и о томъ, какой образъ жизни должно вести, чтобы предупреждать болѣзни, и что должно дѣлать, чтобъ устранять ихъ? Многіе заблуждаются, думая, что это дѣло врача; но врачъ не можетъ творить чудесъ, и всѣ старанія его останутся напрасными, когда не будутъ подкрѣпляться твердою волею и благоразумною жизнію самаго больнаго. Врачъ не въ состояніи предохранять людей отъ болѣзней, когда они сами этого не дѣлаютъ.

(Окончаніе лекціи будетъ).

4-е АПРѢЛЯ 1871 ГОДА, ВЪ СЕЛѢ СТАНЬКОВѢ, МИНСКАГО УѢЗДА.

Праздникъ 4 апрѣля въ селѣ Станьковѣ, кажется, вышелъ изъ ряда обыкновенныхъ сельскихъ праздниковъ, и потому намъ желательно сказать о немъ нѣсколько словъ.

Во вторникъ 30 марта, мѣстный протоіерей о. Петръ Трусковскій, по окончаніи Божественной литургіи, объявилъ прихожанамъ, находившимся въ церкви, предложить своимъ собратіямъ прибыть въ наступающее воскресенье въ церковь помолится Богу за спасеніе жизни Государя Императора.

Въ воскресенье, еще до восхода солнца, со всѣхъ сторонъ начали стекаться русскіе мужички, спѣша другъ предъ другомъ скорѣе прибыть туда, гдѣ будетъ приноситься безкровная жертва за Батюшку—Царя. Съ неописанною радостію и съ молитвою на устахъ и старые и малые прибыли въ церковь, чтобы вознести молитву къ престолу Всевышняго за спасеніе жизни Государя-освободавшаго ихъ изъ подъ власти пановъ.

По окончаніи утрени о. протоіерей предложилъ крестьянамъ зайти въ воскресную школу побесѣдовать, и прихожане, охотно исполняя желаніе своего пастыря, наполнили мѣстное народное училище. При входѣ о. протоіерея въ училище мальчики, въ количествѣ болѣе 200 человѣкъ, пропѣли молитву «Царю небесный»; за тѣмъ мѣстный діаконъ Шарковскій внятно проговорилъ молитвы, а станьковскій наставникъ Л. Груша прочелъ прекрасную и очень понятную статью «о согласіи въ семействѣ», изъ журнала «Странникъ». По прочтеніи статьи о. протоіерей произнесъ рядовое свое поученіе о явленіи Іисуса Христа Ап. Ѳомѣ. По окончаніи поученія я, въ свою очередь, прочелъ «житіе и страданіе Великомученицы Екатерины», изъ четьи минеи. Вслѣдъ за симъ, о. протоіерей началъ поучать народъ краткому катихизису. Занятіе въ школѣ окончились пѣніемъ «достойно есть» (*). По выходѣ изъ училища народъ, въ ожиданіи Богослуженія, занявъ собою церковный погостъ, училищный дворъ и улицу съ площадкой, и подѣлившись на группы, разсуждалъ о днѣ 4 апрѣля 1866 г.; до насъ долетали слова, въ которыхъ выражалось глубокое чувство и состраданіе при мысли о покушеніи злодѣя на жизнь Государя. Благовѣстъ къ литургіи прекратилъ говоръ, заставилъ православныхъ обнажить свои головы и положить на себѣ крестное знаменіе. Всѣ направились въ церковь, но къ сожалѣнію большая часть должна была оставаться внѣ храма: такъ велико было стеченіе народа.

(*) Живя среди крестьянъ, я не разъ убѣждался, что труды воскресной школы не пропадаютъ даромъ; не одинъ и не два раза я былъ свидѣтелемъ, какъ какое либо лицо, воротясь изъ воскресной школы, передавало слышанное, и семья охотно всегда слушала таковые разсказы. И радуетъ насъ, что сѣмена трудовъ воскресно-праздничной школы, брошенныя на хорошую почву, приносятъ обильный плодъ.

Четвертый годъ у насъ существуетъ воскресная школа, и если существованіе ея предлится, то каждый прихожанинъ нашего прихода будетъ знать многое и многое, а это, по нашему мнѣнію, будетъ лучшимъ вознагражденіемъ за неутомимыя труды нашего многоуважаемаго пастыря.

Началась литургія,—раздалось довольно стройное пѣніе группы мальчиковъ двухъ народныхъ училищъ, станвковскаго и кукшевичскаго. Въ обычное время о. протоіерей произнесъ поученіе. По совершеніи литургіи, и послѣ начала благодарственнаго Господу Богу молебствія, все собраніе молящихся, въ предмесеніи св. креста, хоругвей и руконосныхъ иконъ, при пѣніи «да воскреснетъ Богъ» направилось крестнымъ ходомъ къ кресту, поставленному на мѣстѣ престола бывшей деревянной Петропавловской церкви; отъ сюда, по совершеніи молебна Спасителю, зашли въ мѣстное волостное правленіе, и, отслуживъ тамъ благодарственное молебствіе, направились въ народное училище, гдѣ предъ иконою Александра Невскаго, сооруженною въ память событія 4 апрѣля, совершенъ былъ молебенъ Александру Невскому. По возвращеніи въ церковь окончен былъ молебенъ, начатый при выходѣ крестнаго хода. Богослуженіе кончилось, но народъ не торопился выходить изъ церкви, онъ продолжалъ молиться за Царя Освободителя.

По выходѣ изъ церкви волостной старшина пригласилъ о. протоіерея и весь народъ въ волостное правленіе. Здѣсь о. протоіерей поднимая тостъ за Государя Императора, обратился къ Его портрету и произнесъ: «Государь! пять «лѣтъ тому назадъ, въ сей самый день, «злодѣй дерзнулъ было поднять свою «недостойную руку, посягая на жизнь «Твою, но Всевышній, котораго молятъ «о здравіи Твоемъ милліоны народовъ, «послалъ человѣка—Осипа Ивановича «Комисарова—разорвать умыселъ врага. «Будемъ молить Его, Отца Неба и Зем«ли, и будемъ просить, да пошлетъ Онъ «Тебѣ многіе и многіе лѣта владычест«вованія Твоего надъ нами, и да про«длитъ Онъ Твои дни до глубокой ста«рости». Потомъ обратясь къ народу, сказалъ: «за здравье Нашего Монарха, «Который даровалъ вамъ свободу; да «хранитъ Его Господь Богъ и да Цар«ствуетъ Онъ и Его Августѣйшій домъ «надъ нами на многія лѣта»! «Ура»! послѣдовало единодушное, громкое ура и затѣмъ народный гимнъ «Боже Царя храни» былъ пропѣтъ мальчиками три раза,—по окончаніи коего «ура» снова раздалось и долго не умолкало. По окончаніи многолѣтій ученики пропѣли «Боже Царя храни» «Отче нашъ всѣхъ благъ податель», и «Ахъ ты воля»; въ заключеніе провозглашены были многолѣтія: Осипу Ивановичу Комисарову—Костромскому, Преосвященнѣйшему Александру, Епископу Минскому и Бобруйскому, Главному Начальнику Сѣверо-западнаго края, Попечителю Виленскаго учебнаго округа, начальнику Минской губерніи и Директору Народныхъ Училищъ.

По выходѣ изъ волостнаго правленія, мальчики, вслѣдствіе настойчивой просьбы крестьянъ, находившихся близь правленія пропѣли нѣсколько пѣсень, духовнаго и свѣтскаго содержанія и въ заключеніе — «Боже Царя храни». Засимъ о. протоіерей предложилъ пѣвчимъ на свой счетъ чай и закуску. Пѣніе не умолкало до солнечнаго заката. Наконецъ, пропѣвъ «Боже Царя храни» и многолѣтіе Государю Императору, мальчики были отпущены, а за ними неохотно разошелся и народъ благословляя нынѣшнее время.

Наставникъ Кукшевичскаго
Народнаго Училища
Михаилъ **Лаврусевичъ.**

Разныя извѣстія.

О преобразованіи семинарій. Со второй половины 1872 года имѣютъ быть преобразованы по новымъ штатамъ семинаріи: Полоцкая, Литовская, Олонецкая, Тифлисская, Екатеринославская, Подольская, Орловская и Волынская.

Исповѣдь французовъ. Въ Прав. Обозрѣніи помѣщено извлеченіе изъ журнала **L'Eglise libre**, отъ 7 октября, слѣдующаго содержанія: «Мы, французскій народъ, на котораго Господь излилъ свои богатые дары, и нравственную безпечность котораго Онъ переносилъ столь долгое время, мы, наконецъ, истощили Его терпѣніе и теперь пали подъ ударами Его отеческаго жезла. Господи, мы признаемъ, что судъ Твой праведенъ! Какъ ни ужасно наказаніе, которымъ Ты поражаешь насъ, оно совершенно заслуженно. Мы были горды и тщеславны. Мы хвалились своимъ первенствомъ въ мірѣ и относились съ презрѣніемъ къ другимъ народамъ, считая своею обязанностію учить ихъ всему и нерѣшаясь что-либо отъ нихъ заимствовать. По пристрастію къ суетной славѣ, и, еще болѣе, по любви къ той роковой славѣ, которая снискивается войною, мы жадно стремились къ ней. Мечтая о своей непобѣдимости, мы были надменны и возбуждали вражду, всегда готовые извлечь мечъ изъ своихъ ноженъ и считая какъ бы за ничто проливаемую кровь, если это не была наша кровь. Вотъ почему Ты смирилъ насъ доселѣ неслыханными пораженіями. Армія, которою мы такъ гордились, истаяла, какъ воскъ предъ лицемъ огня. Орудія разрушенія, на которыя мы уповали, исторгнуты изъ нашихъ рукъ нашими врагами. Наши крѣпости во власти чужеземца, который безжалостно попираетъ ногами и опустошаетъ почву нашихъ отцевъ. Праведенъ Ты, Господи, и наша гордость заслужила это униженіе! Мы были себялюбивы и привержены къ чувственнымъ удовольствіямъ. Мучимые жаждою наслажденій, мы искали богатствъ, безразлично къ средствамъ пріобрѣтенія ихъ. Мы любили роскошь, удовольствія стола, воздавали почести деньгамъ, хорошо или худо пріобрѣтеннымъ. Въ богатомъ состояніи мы не имѣли состраданія къ бѣдствующимъ; въ бѣдномъ мы мучились ревностью и завистію къ богатымъ, которыхъ называли счастливыми. И такъ, Ты возсталъ, Господи! Ты потребилъ наши богатства, огорчилъ наши удовольствія; вмѣсто пиршествъ и праздниковъ, Ты навелъ ужасъ и слезы; Ты заставилъ насъ покрыть пепломъ эти изнѣженныя тѣла, для которыхъ душа сдѣлалась какъ бы невольницею. Ты праведенъ, Господи, и наше себялюбіе заслужило это наказаніе! Наша нравственность была испорчена, мы были распущенны, надменны и вѣроломны. Мы считали совѣсть и истину старинными предразсудками, презирая все, что есть чистаго и святаго между людьми. Женщина, бракъ и его священныя обязанности, съ другими супружескими добродѣтелями, сдѣлались для насъ предметомъ посмѣшища. Нашъ театръ и наша литература были школою безнравственности. Легкомысліемъ нашего характера, измельчаніемъ вкусовъ, постыдными модами, сладострастными пѣснями, мы обезчестили и опозорили наше время и нашъ вѣкъ. Во всѣхъ слояхъ общества процвѣталъ порокъ, постыдно обнаруживаясь во очію всѣхъ, въ такихъ дѣлахъ, которыя и не позволено даже именовать. Теперь Ты возгорѣлъ гнѣвомъ своимъ и излилъ огнь на новый содомъ и гоморру. Ты праведенъ Господи, и наши преступленія заслужили это наказаніе! Мы были невѣрующими и нечестивыми, мы были лицемѣрами и суевѣрными, нѣкоторые оставались совершенно безъ религіи, другіе только съ пустою формою оной. Мы смѣялись надъ Евангеліемъ, котораго не знали, а если и знали, то учили другихъ не вѣровать въ него. Руководимые постыднымъ корыстолюбіемъ, мы покровительствовали и защищали внѣ своего отечества такія заблужденія и дѣла, въ которыя не вѣровали сами, съ цѣлью, подъ покровомъ невѣжества и жестокосердія, упрочить наше господство и обезпечить наши злопріобрѣтенныя стяжанія. Вмѣсто истиннаго служенія Тебѣ, мы святотатственно призывали

Твое Имя, какъ-бы прося отъ Тебя защиты въ нашихъ порокахъ и въ охраненіи нашихъ интересовъ. Вотъ, почему Ты оставилъ насъ,—предавши въ руки жестокаго и лицемѣрнаго властелина, который расточилъ наши богатства, пролилъ кровь нашихъ сыновъ, предалъ въ позорный плѣнъ нашихъ доблестныхъ мужей и обезчестилъ наше имя между народами. Ты праведенъ, Господи, и суды Твои праведны! Тѣмъ не менѣе удары, которыми Ты поразилъ насъ, бѣдственное состояніе, до котораго довелъ насъ, до селѣ еще не открыли намъ глазъ на наши грѣхи, послужившіе причиною нашей гибели. Мы раздражены, но не каемся. Каждый изъ насъ обвиняетъ своего ближняго, вмѣсто того, чтобы обвинять самаго себя, и какъ будто ни въ чемъ не повинные, мы ропщемъ противъ Тебя. Свободи насъ, Господи, отъ этого ослѣпленія! Къ уничиженію, которое навлекли на насъ враги, присоедини спасительное самоуничиженіе предъ Тобою нашихъ сердецъ. Очистивши насъ въ горнилѣ этихъ страшныхъ бѣдствій, освободи насъ отъ чужеземца, низпосли миръ нашему отечеству, дабы возродившись послѣ этихъ искушеній, послѣ ударовъ Твоего непреложнаго Правосудія, оно могло явиться предъ всѣми свидѣтелемъ Твоей благости. Чтобы получить наши потерянныя владѣнія, миръ и благосостояніе, мы не представляемъ Тебѣ ни дымящіяся развалины нашихъ городовъ, ни опустошеніе нашихъ полей, ни кровь нашихъ убитыхъ братьевъ..... Прощеніе и миръ, Господи, въ имени Господа Іисуса Христа и въ Его крови, изліянной за спасеніе міра.

ОБЪЯВЛЕНІЯ.

Редакторы: Свящ. Ѳ. Миткевичъ. Николай Акоронко.

Печатано въ Минской Губернской Типографіи.

Дозволено цензурою. Цензоръ Архимандритъ Анастасій.

же выходятъ на открытый воздухъ, не выходя изъ состоянія сна. У взрослыхъ лунатизмъ сопровождается дѣйствіями, которыя соединяются иногда съ значительною опасностію для самаго лунатика. Хотя глаза лунатика бываютъ открыты, но онъ ничего не видитъ и даже, если поставить передъ нимъ яркій свѣтъ,—радужная оболочка глаза его не сжимается. Однакожъ, онъ двигается какъ бы, съ одной стороны, въ полномъ сознаніи того дѣла, что дѣлаетъ, но съ другой—можно подумать, что онъ одержимъ самымъ необъяснимымъ безуміемъ: онъ ходитъ по крышѣ дома, сидитъ на дымовой трубѣ и безопасно проходитъ по такимъ мѣстамъ, гдѣ ему было бы невозможно рѣшиться пройти не во снѣ, даже при самомъ смѣломъ характерѣ. Сила или глубина лунатическаго сна имѣетъ различные оттѣнки, смотря потому, легко или трудно разбудить лунатика: иногда достаточно только заговорить съ нимъ, иногда же должно сильно потрясти его, чтобы разбудить. Но не должно пробуждать его, когда онъ совершаетъ опасныя дѣйствія, когда напримѣръ онъ ходитъ по крышѣ, сидитъ на дымовой трубѣ, стоитъ на срубѣ колодца и т. п., потому что въ этомъ случаѣ, при внезапномъ пробужденіи, теряетъ мышечное равновѣсіе и подвергается смертельному паденію.

Говоря о сновидѣніяхъ и сомнамбулизмѣ, должно упомянуть объ ощущеніи внезапнаго паденія съ лѣстницы, когда мы только что засыпаемъ: у нѣкоторыхъ это случается почти каждую ночь. Явленіе, противуположное приведенному, когда мы бываемъ неспособны сдвинуться съ мѣста, будучи какъ будто бы придавлены какаю-нибудь огромною тяжестью, называется *кошемаромъ*. Во время этого припадка, чувствуется гнетъ въ груди, трудность, даже невозможность двигаться и говорить. Онъ сопровождается страшнымъ сновидѣніемъ и кончается стремленіемъ или избавиться отъ страшнаго призрака, или спастись бѣгствомъ или заговорить. При пробужденіи, страдалецъ трепещетъ отъ ужаса—дыханіе у него ускоряется и сердце сильно бьется. У нѣкоторыхъ лицъ этотъ припадокъ случается и днемъ, когда они находятся въ состояніи полнаго бодрствованія и совершенно сознаютъ то, что происходитъ. Это то состояніе, которое въ простонародіи извѣстно подъ названіемъ *крикушъ*. Подобный случай кошемара нынѣ наблюдается въ Минскомъ военномъ госпиталѣ. Но вообще,—днемъ или ночью случается кашемаръ,—онъ всегда производитъ въ человѣкѣ чувство невыразимаго страха. Иногда мы чувствуемъ приближеніе припадка кошемара, когда находимся въ переходномъ состояніи между сномъ и бодрствованіемъ.

Причину кошемара составляетъ нарушеніе порядка дыхательнаго отправленія, которое состоитъ въ томъ, что дыхательные трубки не могутъ освободиться, съ своею обычною легкостію, отъ угольной кислоты и другихъ содержащихся въ нихъ, не нужныхъ дыхательныхъ продуктовъ, и которое, препятствуя окисленію крови и мѣшая обращенію ея чрезъ легкія, такъ что сердце, при самомъ усиленномъ біеніи не можетъ проложить свободный проходъ крови, производитъ вліяніе на мозгъ. Этотъ безпорядокъ въ дыхательномъ отправленіи причиняетъ стѣсненіе желудка послѣ изобильнаго ужина, водяная болѣзнь въ груди, а по нѣкоторымъ—привычка спать на спинѣ.

НЕКРОЛОГЪ

99-ти лѣтней монахини вольнянскаго монастыря.

28-го Февраля, сего года скончалась въ вольнянскомъ монастырѣ, на 99 году жизни, одна изъ старѣйшихъ монахинь онаго, Екатерина Крониковская. Благословенная Богомъ жизнь покойной, исполненная рѣдкаго долголѣтія, достойна того, чтобы сообщить о ней, хотя краткія, болѣе замѣчательныя, свѣдѣнія. Покойная Екатерина родилась въ г. Мозырѣ отъ родителей не высокаго званія, но высокаго благочестія. Отецъ ея, мозырскій мѣщанинъ, состоявшій на должности церковнаго старосты при одной изъ мозырскихъ церквей, своею честностію, правдивостію и разсудительностію пріобрѣлъ себѣ любовь и уваженіе не только своихъ собратій по званію, но и мозырскаго духовенства, знавшаго его добрыя качества и высоко цѣнившаго оныя. Послѣднее обстоятельство послужило между прочимъ поводомъ къ тому, что дочь его Екатерина на 20 г. жизни содѣлалась супругою одного изъ достойнѣйшихъ и замѣчательнѣйшихъ пастырей своего времени о. Михаила Крониковскаго, который, какъ разсказывала покойная, за свою твердость въ православной вѣрѣ претерпѣлъ отъ враговъ православія,—гоненіе и наконецъ заключаніе въ тюрьмѣ вмѣстѣ съ святителемъ Викторомъ Садковскимъ. О. Михаилъ скончался въ 1814 году, оставивъ жену, дочь и двухъ сыновей. Старшій сынъ Михаилъ скончался въ санѣ протоіерея рѣчицкаго собора въ 1855 г. Дочь была въ замужествѣ за священникомъ Самойловичемъ, а младшій сынъ Θеодоръ, бывшій учителемъ Плоцкой гимназіи, а потомъ мировымъ посредникомъ мозырскаго уѣздѣ, живетъ и по настоящее время въ г. Мозырѣ. Покойная Екатерина современи своего вдовства прожила 18 лѣтъ при своемъ зятѣ, потомъ, послѣ смерти дочери, въ 1832 году, поступила въ монашество и опредѣлена въ слуцкій женскій монастырь, за упраздненіемъ котораго была переведена въ монастырь Мядзольскій, а по закрытіи сего послѣдняго въ вольнянскій, въ которомъ прожила 10 лѣтъ и скончалась, достигнувъ глубокой старости. Покойная Екатерина была жизни всегда строго религіозной и высоконравственной. Усердіе ея къ храму Божію и любовь къ молитвѣ были у нея безпримѣрно рѣдки. Доколѣ служили ей силы тѣлесныя, она неопустительно бывала въ церкви при всякомъ богослуженіи и, пришедши въ Храмъ Божій, еще за долго прѣдъ началомъ богослуженія,—становилась обыкновенно на колѣни и, съ воздѣтыми горѣ руками, громко, раздѣльно, старческимъ прерывающимся голосомъ читала молитвы. До конца своей жизни она, несмотря на слабость своихъ силъ, была великою постницею, а въ первую седмицу св. четыредесятницы и во всю седмицу страстную ограничивалась однимъ сухоядѣніемъ. Въ образѣ жизни отличалась всегда простотою, умѣренностію и воздержаніемъ; любовь, смиреніе и незлобіе составляли отличительныя качества ея христіанской души въ отношеніи къ людямъ. Особенно же вниманія заслуживаетъ любовь почившей къ высокому дѣлу христіанскаго милосердія посѣщать больныхъ и служить имъ въ болѣзни. Многіе изъ старыхъ жителей г. Слуцка,—гдѣ покойная предъ и послѣ поступленія своего въ монашество, была еще въ полной крѣпости своихъ силъ, быть можетъ помнятъ и донынѣ, съ какимъ высокимъ самоотверженіемъ, съ какою любовію и христіанскимъ терпѣніемъ, покойная служила и пребывала при одрѣ больныхъ и умирающихъ, за что и сама удостоилась отъ Господа мирной и покойной старости, въ вольнянскомъ монастырѣ,—гдѣ въ послѣднее время своей жизни, въ продолженіе почти 4-хъ лѣтъ, безвыходно пребывая въ своей келліи, пользовалась всевозможнымъ вниманіемъ, попеченіемъ и присмотромъ со стороны монастыря. Смерть покойной послѣдовала отъ старческой немочи. Предчувствуя свою кончину, она пригласила меня 28 февраля, предъ начатіемъ Божественной Литургіи, для напутствованія ея святыми таинствами. Прибывъ въ ея келлію, я нашелъ ее въ совершенно бодромъ и ве-

селомъ состояніи духа сидящею въ постелѣ и читающею 50 псаломъ. Предъ началомъ исповѣди она сказала: «много разъ я въ своей жизни исповѣдывалась и пріобщалась святыхъ Христовыхъ таинъ; благодарю Бога, что Онъ, Милосердный Отецъ, не лишаетъ меня сего высокаго дара и въ послѣдній день моей жизни на землѣ». Затѣмъ послѣдовала исповѣдь ея соединенная съ глубокимъ сокрушеніемъ и чистосердечнымъ раскаяніемъ. Причастившись святыхъ Таинъ Тѣла и Крови Господней,—покойная долго бесѣдовала съ пришедшими навѣстить ее двумя монахинями Елисаветою и Порфиріею, благодарила ихъ и настоятельницу за всѣ ихъ заботы и попеченія о ней во время ея старости; затѣмъ предъуказала мѣсто на церковномъ погостѣ для своего погребенія, простилась со всѣми, и, наконецъ, въ 8 часовъ вечера мирно отошла ко Господу. Погребеніе ея совершено 3-го марта послѣ преждеосвященной литургіи, при большомъ стеченіи народа.

Священ. Іосифъ **Квятковскій**.

МАТЕРІАЛЫ ДЛЯ ИСТОРІИ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ ВЪ МИНСКОЙ ЕПАРХІИ.

Жалованная грамота князя Θеодора Ивановича Ярославича Ставокской церкви на *двѣ мѣрки вымелковъ* въ каждый десятый день изъ мельницъ — Ставокской и Новодворской. 1518 г.

Выписъ скниг врадовых замку господарского пинского.

Я княз федор иванович Ярославич со княгинею своею оленою чиним знаменито сим нашим листом кому будет потреба того ведати або чтути слышати; придали есмо на церков божую на зачатие светых праведных богоотец Иакима и анны в селе нашомъ ставку; зо млына нашого ставецкого мает давано быти з того нашого млына десятый ден две мерочки што на нас вымели идут, а третиа мерка мает идти на млынара и теж придали есмо к тои же церкви божои верху писанои в дворе нашом новом з млына нашого новодворского потомуж мает давано быти в десятыи ден дви мерки вымелков што на тот ден на десятыи придетъ а третия мерка мает ити на млынара а придали есмо в тых двох млынах верху писаных и тые дви мерки верху писаные на тую церков божую верху писаную вечно и не порушоно и на вѣки вѣчные а еслибы хто мел тое наше приданіе од тои церкви божое порушити то се з нашими душами разсудитсе перед милостивым богом на страшнымъ суде и на то дали есмо сесъ нашъ листъ и печати есмо наши привесили к сему нашому листу а сес есми лист я княз феодор иванович ярославич писал своею рукою, писан у пинску в лето по семои тысячи двадцат шестого году индикта шостого мца апреля первыи ден.

Приказъ королевы Боны пинскому старостѣ Фальчевскому, по жалозѣ священника Ставокской церкви, о ежегодной уплатѣ означенной церкви изъ суммъ пинскаго замка 80 грошей, пожалованныхъ ей на вѣчныя времена княземъ Θеодоромъ Ивановичемъ Ярославичемъ. 1555 года.

Бона Божю милостю королева полска навышша княгиня литовска руска пруска жомоитска мазовецка и иных

Старосте нашему пинскому кобрынскому клецкому и городецкому державцы селецкому пану станиславу Фалчевскому. Поведилъ перед нами поп наш пинскй с села ставка на име максим штож деи предок нашъ княз феодор ярославич с кнегинею своею оленою дали и листом своим описали на церков божю светыхъ якима и ганны до ставка осмъдесят грошеи литовских на члвеку своем юсю в селе гневчичах которую деи осмъдесят грошеи предкове его и онъ сам з оного члвка юся и спотомков его бирали нижли деи тепер потомки онаго юся и з землею за померою волок тамошних ку замку ест привернены и земля его на волоки померона и с тых волок до замку цыншъ мает платитя а так бил нам чолом тот поп пинскй иж быхмо ему на то шкодовати не допустили и тую осмъдесят грошеи с скарбу нашого ему давати велели прото естли так ест як он справу дал и будехли он спредков своих тую осмъдесят грошеи з онаго члвека водлуг привиля своего которыи перед нами покладал бирал тогды хочемо мети чжбы там тую осмдесятъ грошеи съ скарбу нашого ему каждого року давал и давати велелъ а за квитомъ его в скарбе нашом на личбе твоеи завсегды то принято будет конечно. Писан у варшаве лета божого нароженя афне мца окт ні день.

Bona regina. (**П**)

Квитъ Войны священнику Ставокской церкви Курциловичу на владѣніе урочищемъ *подбродье*. 1563 года.

Выписъ з книг врадовых замку господарского пинского.

За росказанем его милости короля лаврин Воина державца квасовскй и красницки на тот час будучи справца по мери волок в старостве пинском. Ознаимую тым моим квитом ижъ дал григорю курциловичу попу ставецкому застинок поля врочище подброде з одного боку у головах поля дворного ставецкого а з другого боку отъ кустовя ничерного и селищъ иваницких в которомъ застенку выморкговано ест осмъ моркгов которую осм моркгов он на себе держати и вживати мает особно от кгрунтов церковных ставецких и з него циншу и никоторых повинностеи до скарбу государского платити и полнити не будет повинен. Я на том дал впрод мененому попу ставецкому сесъ мои квит з моею печатю. Писанъ у пинску року тысеча пятсот шестдесят третего мца мая кєд.

Рѣшеніе князя Θеодора Ивановича Ярославича по жалобѣ священника Ставокской церкви о незаконномъ завладѣніи Федюшковичами *езомъ* и *переставою* при мороченскомъ озерѣ, принадлежавшемъ Ставокской церкви (годъ не указанъ).

Выпис з книг врадовых замку государского пинского.

Я княз Федор Иванович Ярославич смотрѣли есмо того дела, жаловал нам поп наш ставецкй на федюшковичов на михаила а на андрея а на федора ижеб ез его под ними был и перестава подле озера мороченского и федюшковичи рекли: тот езъ и переставу дала отцу нашому теща твоеи милости княгиня ей милост небощица а то деи сведома княгини твоеи милости и матфия гричиновича и я о том розпытовал княгини своея и боярына нашого матфея грычыновича и они того не помнят жебы теща моя дала отцу их тот ѣз и переставу и мы есмо тот езъ и переставу што подле озера мороченского отсудили есмо на церков божую на ставку к святым якима и анны зачатию которыи поп будет тую церков на ставку держати тот будет ѣзъ тот держати и переставку и озеро мороченское а надто дали есмо попу тому сес наш лист судовыи з нашею печатию, писан у писку декабря шеснадцатыи ден индикта десятого.

Подлинники всѣхъ сихъ документовъ хранятся въ архивѣ Ставокской церкви. Копіи съ подлинниковъ доставлены М. М. Загоровскимъ.

Редакторы: Свящ. Θ. **Миткевичъ**,
Николай **Акоронко**.

Печатано въ Минской Губернской Типографіи.

Дозволено цензурою.
Цензоръ Архимандритъ **Анастасій**.